

**SOINS À LA CARTE**  
ÉDITION 2026

# BANDOL île Rousse\*\*\*\*

**25**  
ANS  
  
**THALAZUR**  
escales bien-être & thalasso





## **Laissez-vous porter par les bienfaits de la mer...**

Face à la Méditerranée, Thalazur Bandol vous invite à vivre une expérience d'exception où les bienfaits marins rencontrent l'art du soin et de la détente absolue.

Ici, chaque instant se pense comme une parenthèse privilégiée : alliance du savoir-faire thalasso et de l'excellence spa, notre escale conjugue expertise, élégance et sérénité pour vous offrir un moment d'équilibre et de plénitude.

Cette année, laissez-vous emporter par notre rituel d'exception : « *À l'ombre du figuier...* », imaginé par nos équipes comme une véritable chorégraphie sensorielle. Inspiré des quatre éléments et de la symbolique méditerranéenne, il associe emporter et massage sur-mesure pour une reconnexion profonde à soi. Ce voyage est sublimé par notre fragrance exclusive figue-romarin, créée en collaboration avec *Origine*.

Afin de vous offrir le meilleur des soins visage, Thalazur Bandol s'est associé à une maison prestigieuse de cosmétiques française : *Carita*. Découvrez nos soins professionnels, pour une expérience exclusive : métamorphosez votre peau, révélez votre aura ultime grâce à nos protocoles professionnels uniques...

Que vous choisissiez une journée Thalasso, un rituel d'exception ou un soin énergétique, laissez-vous guider par nos équipes expertes pour un voyage sensoriel unique sur mesure.

Au fil des pages, découvrez nos soins, nos rituels et nos instants à vivre seul(e) ou à deux, pour un moment suspendu face à la mer...

Notre promesse : un art de vivre le bien-être, avec expertise et émotion.

# SOMMAIRE

**POUR TOUTE INFORMATION  
OU RÉSERVATION,  
contacter le 04 94 29 33 05  
tous les jours de 8 h 30 à 18 h 45.**

---

**Les soins visage & corps Carita ..... p.6**

- Les soins visage
- Les soins visage pro-ciblés
- Les soins corps iconiques

**Les rituels & massages ..... p.14**

- Le rituel d'exception Signature
- Les rituels Spa Thalgo
- Les évasions en suite Écrin Méditerranéen
- Les soins corps & massages du monde
- Les soins recharge énergétique
- Les thérapies douces
- Les instants prénataux
- Les journées et demi-journées Thalassothérapie & Spa

**Thalazur jardin marin ..... p.30**

**Les soins Thalasso dans le détail ..... p.31**

**Le Spa Marin ..... p.32**

**Informations pratiques ..... p.34**

les soins  
sacrés

The logo features the words "les soins" in a blue serif font above a larger, stylized gold serif font word "sacrés". The "sacrés" word is oriented vertically and rotated 45 degrees clockwise. It is set against a black rectangular background that is partially visible on the left and bottom. Below the main text is a horizontal gold bar, followed by a gold ampersand symbol (&).

**CARITA**  
PARIS





# les soins visage

**CARITA**  
PARIS

## LAGON HYPERTONIC soin réparateur

### EFFET HYDRATANT, APAISANT, REPULPANT

Ce soin **réparateur** renforce intensément la barrière cutanée de la peau pour préserver sa jeunesse, grâce à l'élixir polynésien - une eau sourcée au cœur du lagon de Tahiti - véritable concentré minéral riche et unique.

La gestuelle chorégraphique professionnelle favorise la circulation des fluides par des effleurages doux et des pompages drainants pour apaiser la peau et lui redonner du confort.

#### Le Grand Soin

**Pro.Morphose R.F** (1h45) **235€**

Soin visage complet alliant le soin manuel et l'expertise de la technologie, avec la Pro.Morphose, radio fréquence haute performance pour un effet tenseur immédiat prolongé.

#### Le soin manuel

(1h) **165€**  
(1h30) **215€**

#### La cure Hypertonic

6 séances dont 2 séances d'1h45 et 4 séances d'1h **965€**

## CRISTAL MORPHOLOGIC soin remodelant

### EFFET RAFFERMISSANT, LIFTANT, SCULPTANT

Ce soin **raffermissant** remodele les contours du visage et stimule le collagène grâce au minéral rare et précieux de la tourmaline micronisée.

Son absorption est renforcée par des gestuelles professionnelles de stretching musculaire, indispensables pour le maintien des tissus et contribuant aussi à la fermeté de la peau. Ce soin spécifique cible vos besoins grâce à une approche holistique et par une gestuelle chorégraphique unique.

#### Le Grand Soin

**Pro.Morphose R.F Intense** (1h45) **245€**

Soin visage complet alliant le soin manuel et l'expertise de la technologie, avec la Pro.Morphose, radio fréquence haute performance pour un effet tenseur immédiat prolongé.

#### Le soin manuel

(1h) **175€**  
(1h30) **225€**

#### La cure Morphologic

6 séances dont 2 séances d'1h45 et 4 séances d'1h **1 015€**

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

## L'ICONIQUE

### OR REJUVENIC soin régénérant

#### EFFET LIFTANT, LISSANT ET ÉCLAT

Ce soin anti-âge exceptionnel incarne la science de *Carita* grâce à son actif exclusif : L'Or Biotech 24K.

Cette micro-plante aquatique nourrie à l'or 24K possède un pouvoir anti-âge exceptionnel en agissant sur les différentes strates de la peau afin de stimuler la régénération cutanée ultime. Elle active le renouvellement épidermique, stimule la production de collagène dans le derme et neutralise les radicaux libres. Ce microorganisme combine ainsi les trois propriétés régénérantes et antioxydantes qui en font un anti-âge d'exception.

La gestuelle chorégraphique professionnelle de ce soin est profonde, avec des étirements musculaires haute précision pour stimuler la micro-circulation, corriger les rides, densifier les volumes. La radiance est améliorée et le teint est plus homogène.

#### **Le Grand Soin Pro.Morphose R.F Intense (1h45)      265€**

Soin visage complet alliant le soin manuel et l'expertise de la technologie, avec la Pro.Morphose, radio fréquence haute performance pour un effet tenseur immédiat prolongé.

#### **Le soin manuel (1h)    185€ (1h30)    245€**

#### **La cure Rejuvénic                                    1 085€**

6 séances dont 2 séances d'1h45  
et 4 séances d'1h

### SOIN HOLISTIQUE OR REJUVENIC soin réénergisant

#### EFFET RÉÉNERGISANT, RÉGÉNÉRANT ET ÉCLAT

Une nouvelle approche de soin holistique immersif stimulant les cinq sens pour une régénération ultime à de multiples niveaux, de la cellule à l'esprit.

Ce soin est amplifié par un massage professionnel des fascias, enveloppe fibrillaire du corps humain, fondamentaux pour connecter l'ensemble de la structure anatomique du visage. Conçu pour réénergiser les cellules de votre épiderme à n'importe quelle heure de la journée, et ainsi récupérer les heures de sommeil ou préparer la peau pour amplifier sa régénération nocturne. Les signes de l'âge sont atténués, les traits du visage remodelés et lissés. La peau retrouve sa capacité bioénergétique.

#### **Le Grand Soin Pro.Morphose R.F Intense (1h45)      265€**

Soin visage complet alliant le soin manuel et l'expertise de la technologie, avec la Pro.Morphose, radio fréquence haute performance pour un effet tenseur immédiat prolongé.

#### **Le soin manuel (1h30)                            245€**

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



## les soins visage pro-ciblés

---

Les soins visage pro-ciblés de 30 minutes sont de véritables traitements des zones anatomiques du visage, pour une action correctrice visible, grâce à la technologie Pro.Morphose R.F.

Pro.Morphose R.F. est une technologie de radiofréquence unique dotée de 8 brevets, qui permet de concentrer l'énergie au cœur de la peau pour un résultat anti-âge resculptant. Sa spécificité ? Elle agit sur des zones très précises pour répondre à vos besoins de façon personnalisée.

### **Soin visage pro-ciblé**

#### **1 zone au choix (30')**

**90€**

- Contour des yeux lifté
- Volume labio-nasal redensifié
- Ovale du visage remodelé
- Cou & décolleté lissés
- Pommettes repulpées

# les soins corps

**CARITA**  
PARIS

## LE RÉNOVATEUR

**Inimitable depuis 1956, la détox profonde du visage et du corps**

Ce soin exfoliant, drainant et relaxant est un traitement signature résolument inimitable, avec sa texture grainée, sa couleur noire et sa fragrance saisissante et chaleureuse de graines de tournesol torréfiées macérées aux huiles essentielles. Grâce à sa technique de drainage lent par pressions et touchers légers, le Rénovateur détoxifie la peau en surface et en profondeur pour un grain de peau affiné.

*Véritable enveloppe détoxifiante pour le corps, la peau est comme neuve, douce, pour une silhouette sublimée.*

**Rénovateur Mythique**  
**Visage & Corps (2h)** **280€**

**Rénovateur Mythique**  
**Corps (1h)** **175€**

## LE SOIN SIGNATURE « LE 11 »

**Soin complet visage et corps**  
**100 % manuel**

Ce soin signature offre une déconnexion totale de la tête aux pieds. L'expérience sensorielle et olfactive débute par un massage du corps au Fluide 14, suivi d'un soin du visage détoxifiant au mythique Rénovateur.

*Les traits du visage sont détendus et la peau détoxifiée, grâce aux gestuelles chorégraphiques sélectionnées selon vos besoins. Une détente absolue du corps et de l'esprit.*

**Le Soin 11 (2h)** **280€**

## BALLET CHOREGRAPHIC

**Améliore la posture, l'élégance et la légèreté du corps**

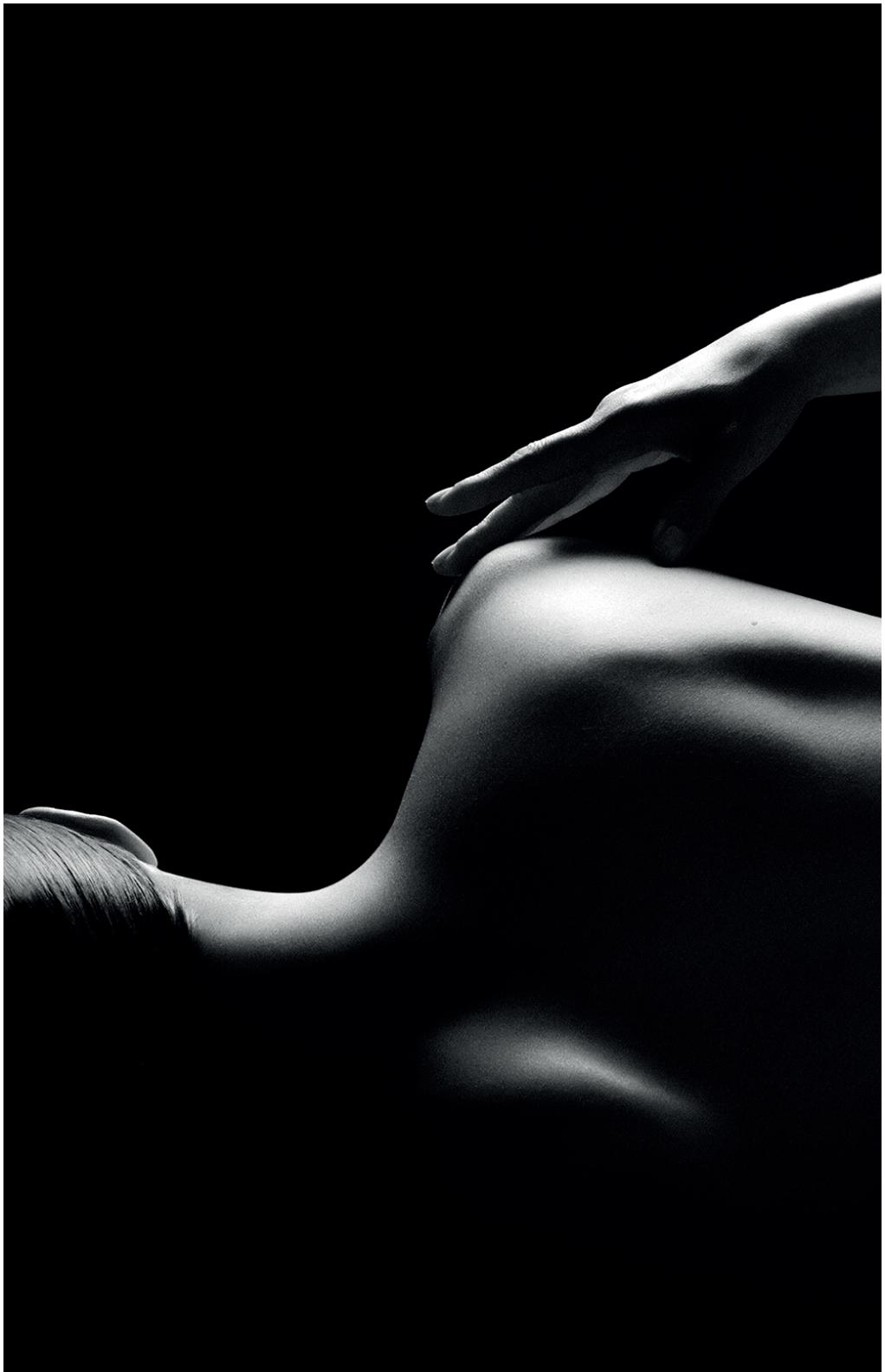
Développé par Daniele Beniamini, masseur des danseurs étoiles de l'Opéra de Paris, il apporte une vision technique et précise du massage corporel en respectant chaque morphologie et chaque état musculaire.

Le Ballet Chorographic est une danse des mains, les gestes sont profonds et minutieux pour travailler la mobilité des muscles. L'équilibre parfait entre force et douceur.

*Le corps est délassé, offrant une sensation de légèreté, infusé d'une nouvelle énergie.*

**Le Ballet Chorographic (1h)** **175€**  
**(1h30)** **235€**

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



& S

les

RITUELS  
MASSAGES





## Privatisation Suite Écrin Méditerranéen

La privatisation de la **Suite Écrin Méditerranéen** vous donne l'exclusivité, durant 30 minutes avant le début du soin, de profiter de son jacuzzi et son hammam privés, seul ou à deux, pour une relaxation immédiate décuplant les bénéfices de votre massage.

NOUVEAUTÉ 2026

# Le rituel d'exception

Plonger dans l'univers de notre soin signature, c'est l'invitation à une profonde reconnexion à soi et aux 4 éléments, en suite Écrin Méditerranéen.

Bain de pieds avec rituel méditatif, massage apaisant et profond : au-delà d'un soin, offrez-vous la promesse d'un merveilleux éveil sensoriel à prolonger selon vos envies.

### Notre soin signature À L'OMBRE DU FIGUIER...

Une expérience qui débute par le rituel « voyage à Bandol » : notre méditation guidée où la respiration rencontre notre essence exclusive de figue et de romarin, créée et déclinée pour ce soin, par notre marque partenaire *Origine*. Accompagné d'un bain de pieds, de stimulation de points marmas et du son d'un koshi, ce rituel méditatif vous transporte dès les premières minutes. L'expérience se poursuit par le massage signature et son harmonisation aux élixirs floraux. Imaginé pour émerveiller, chaque seconde est une invitation au lâcher-prise total grâce à une gestuelle tout autant apaisante et puissante que musculaire et énergétique. Offrez-vous le bien-être le plus profond, comme si vous rêviez « *À l'ombre d'un figuier* ».

(1h)	170€
(1h30)	220€

Ce soin signature se vit en plusieurs temps, et peut être prolongé jusqu'à 3h selon vos envies — en ajoutant un, deux, ou l'ensemble des instants bien-être pour une immersion sensorielle totale.

<b>Instants bien-être (30')</b>	<b>90€/instant</b>
À ajouter selon vos envies pour prolonger le soin :	
• Privatisation de la Suite avec jacuzzi et hammam privatif	
• Gommage corporel au sable chaud	
• Soin Visage « Coup d'éclat ».	

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.

# les rituels Spa THALGO

LA BEAUTÉ MARINE

Depuis plus de 50 ans, THALGO explore les richesses marines pour créer des soins alliant efficacité et sensorialité. Chaque rituel associe un gommage aux textures raffinées à un massage enveloppant, pour revitaliser le corps et apaiser l'esprit.

**Le rituel Spa (1h30) 220€**

**Le rituel Spa avec privatisation  
suite Écrin Méditerranéen (2h) 310€/pers.**

## RITUEL MER DES INDES

Ce rituel rééquilibrant, d'inspiration ayurvédique, invite à retrouver une harmonie corps et esprit. Il débute par un gommage à la texture huileuse, enrichie en poudre de gingembre, inspiré des traditions ayurvédiques, dont les manœuvres stimulantes exfolient, nourrissent et parfument délicatement la peau. Il se poursuit par un massage de 60 minutes, inspiré de la science des Marmas, mêlant gestes doux et enveloppants, étirements et manœuvres toniques, pour une profonde reconnexion entre corps et esprit.

## RITUEL FRENCH RIVIERA

Ce rituel inédit allie les bienfaits de la mer à la chaleur du soleil grâce à un galet autochauffant, pour revitaliser et reminéraliser la peau. Il débute par un gommage revitalisant, granité exfoliant à l'extrait d'Algues Micro-Éclatées et aux notes marines, puis se poursuit par un double massage de 60 minutes combinant des manœuvres manuelles fluides, profondes et enveloppantes inspirées de la mer, et l'utilisation du galet chauffant exclusif *Thalgo*, évoquant la sensation d'un corps allongé sur une pierre gorgée de soleil. Le corps est revitalisé, l'esprit profondément relaxé.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





# Les évasions en suite

## Écrin Méditerranéen

Dans l'intimité d'une suite privative, vivez une expérience sensorielle unique. Jacuzzi, hammam, massages en duo ou en solo... un écrin de bien-être à partager ou à savourer pour soi.

Profitez du jacuzzi et du hammam, puis laissez-vous tenter par le lâcher-prise d'un gommage du corps et d'un massage relaxant..., en personnalisant ce moment au choix.

### Évasion Essentielle (50')

Pour 2 personnes	<b>155€</b>
Pour 1 personne	<b>145€</b>
• Jacuzzi & hammam privatifs accompagné de Champagne & Gourmandises	

### Évasion Relaxante (1h40)

Pour 2 personnes	<b>420€</b>
Pour 1 personne	<b>275€</b>
• Jacuzzi & hammam privatifs accompagné de Champagne & Gourmandises (50')	
• Un massage relaxant (50')	

### Évasion Sublime (2h10)

Pour 2 personnes	<b>590€</b>
Pour 1 personne	<b>360€</b>
• Jacuzzi & hammam privatifs accompagné de Champagne & Gourmandises (50')	
• Un gommage du corps personnalisé (20')	
• Un massage relaxant (50')	

## MASSAGES DU MONDE en duo

L'expérience unique d'un voyage sensoriel à deux...

**Le massage en DUO (50')** **160€/pers.**  
**(1h20)** **220€/pers.**

*Le choix des massages doit être identique pour les deux personnes. Tarifs par personne, hors privatisation..*

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.*

# les soins corps & massages du monde

Gommages, massages du visage, rituels venus d'ailleurs ou créations signature : cette collection célèbre le corps dans toutes ses dimensions, entre détente et voyage intérieur.

## MASSAGES DU MONDE

*Des soins inspirés des traditions du monde pour une évasion totale.*

**Le massage (50')**                    **140€**  
(1h20)                                        **200€**

**Californien.** Grâce à ses longs mouvements fluides et enveloppants, ses subtils effleurages et pressions glissées, le massage Californien procure une profonde relaxation physique et psychique en éliminant le stress et dénouant les tensions musculaires tout en douceur...

**Abhyanga.** Issu de la médecine ayurvédique, ce massage du corps et de la tête est réalisé à l'huile tiède *Instant Précieux*, aux notes d'ambre, de bergamote et de patchouli. Il a une action holistique sur la globalité du corps et de l'esprit. Il permet d'assouplir les muscles, de stimuler les sens et la circulation sanguine afin d'améliorer son énergie vitale.

**Balinais.** Massage indonésien tonifiant et relaxant à l'huile *Fleur de Frangipanier*. Ce soin puissant et dynamique, tel une danse balinaise, soulage les tensions et apporte une relaxation totale. Les mouvements combinent des effleurages doux et fluides, pétrissages profonds des muscles, étirements et percussions légères. Ce massage apporte harmonie et équilibre parfait entre corps et esprit.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

## POUR DÉBUTER VOS SOINS

**Nos gommages sensoriels**                    **85€**

*Pour exfolier, lisser et révéler l'éclat naturel de la peau.*

Idéal avant un massage, le gommage permet de retrouver une peau éclatante et de stimuler le renouvellement cellulaire en profondeur. Pour une peau sublimée, infiniment douce et satinée, choisissez votre gommage parmi notre sélection pour une expérience inoubliable :

- Le gommage aux 3 Sels (25')
- Le gommage aux huiles & pétales de rose sous affusion (20')
- Le gommage sensoriel Origine (25')

**Lomi-Lomi.** Massage hawaïen profond et rythmé, pratiqué avec les mains et les avant-bras, exerçant des roulements imitant le flux et reflux des vagues sur l'ensemble du corps. Ses manœuvres décontractantes et revitalisantes permettent d'harmoniser le corps et l'esprit. Le Lomi-Lomi invite à un véritable voyage sensoriel menant au retour sur soi, avec ses notes exotiques de Monoï.

**Suédois.** Ce massage aux techniques variées et puissantes favorise la détente musculaire, assouplit les tensions et stimule la circulation sanguine et lymphatique. Dynamique, avec ses pétrissages et ses variations de rythme et d'intensité, il est particulièrement apprécié par les amateurs de massage du dos et de la nuque.

**Deep Tissue.** Ce massage profond et tonique dénoue les tensions musculaires pour une récupération sportive. Ses différentes manœuvres, sélectionnées et personnalisées avec plus ou moins d'intensité, permettent de dissiper les tensions et contractures et d'assouplir les muscles. Idéal avant et après une séance sportive pour une meilleure récupération des muscles et des articulations.

## SOINS SUR-MESURE & SIGNATURE

Des soins signature et sur-mesure, pensés comme une rencontre entre vos besoins et notre savoir-faire.

<b>Massage sur mesure (50')</b>	<b>145€</b>
	<b>205€</b>

Offrez-vous une parenthèse bien-être déclinée au gré de votre envie. Entièrement à votre écoute, votre praticien(ne) prodigera le soin fait pour vous, selon les zones que vous souhaitez privilégier, le type de soin et l'huile choisie dans notre sélection Origine.

<b>Soin Signature Thalazur jardin marin (50')</b>	<b>145€</b>
---	-------------

Nos experts Spa praticiens ont conçu ce massage comme un véritable soin où chaque geste et chaque enchaînement a été pensé pour libérer votre corps des tensions et des toxines et permettre à votre esprit de ralentir, de se détendre et de trouver la paix intérieure. Offrez-vous un moment de détente et de reconnexion à vous-même.

<b>Sublime Réflexologie (50')</b>	<b>145€</b>
-----------------------------------	-------------

Un rituel de beauté et de bien-être grâce à un massage profond de réflexologie des pieds et jambes accompagné d'un cataplasme détoxifiant et d'une application d'un gel fraîcheur intense, un massage profond de la tête, nuque et épaules et pour terminer, des mains et avant-bras avec un beurre de karité. Pour un sublime lâcher-prise...

<b>Soin signature À l'ombre du figuier (1h)</b>	<b>170€</b>
	<b>220€</b>

Découvrez la nouveauté 2026 en page 17

## INSTANTS RELAXANTS

Des pauses bien-être express pour relâcher les tensions du quotidien.

<b>Nos instants relaxants</b>	<b>85€</b>
-------------------------------	------------

<b>Massage sous fine pluie d'eau de mer au baume relaxant (20')</b>
---

Allongé sur le ventre, sous une fine pluie d'eau de mer chaude riche en actifs marins, vous recevez un modelage relaxant qui vous apporte détente musculaire et reminéralisation. Une expérience multisensorielle régénérante pour le corps et l'esprit...

<b>Massage relaxant à l'huile précieuse (25')</b>
---

Effectué à base d'une huile précieuse aux fragrances de saison, ce modelage dénoue les tensions musculaires jusqu'à éprouver une sensation de relaxation.

<b>Massage du visage (25')</b>
--------------------------------

Technique à base de manœuvres drainantes et relaxantes associée au Fluide de Beauté 14 de la Maison Carita, une huile nourrissante de noisette et de maïs, pour un modelage personnalisé procurant une intense sensation de bien-être.

<b>Shiatsu Facio-crânien (25')</b>
------------------------------------

Ce massage se réalise par pressions douces des doigts sur des points réflexes du visage et du crâne pour rééquilibrer les énergies, et procurer une intense sensation de détente aussi bien physique que mentale, et relancer les échanges circulatoires en favorisant un bel éclat du teint. Il est idéal pour apaiser le stress et retrouver un bon sommeil.

## ABONNEMENTS massages du monde

<b>5 massages du Monde (50')</b>	<b>630€</b>
<b>10 massages du Monde (50')</b>	<b>1200€</b>

Abonnement nominatif non cessible, valable 1 an.

## MASSAGES DU MONDE en duo

<b>Le massage en DUO* (50')</b>	<b>160€/pers.</b>
	<b>(1h20)</b>

<b>220€/pers.</b>
-------------------

\*Le choix des massages doit être identique pour les deux personnes. Tarifs par personne, hors privatisation. Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.

# les soins recharge énergétique

---

Des soins subtils qui rééquilibrent les flux, apaisent les tensions et revitalisent les énergies. Une invitation à se recentrer et à retrouver l'harmonie intérieure.

## NOS CRÉATIONS Thalazur Bandol

---

<b>Massage Marma Kansu (50')</b>	<b>145€</b>
(1h20)	<b>205€</b>

Le soin Marma Kansu est une création directement inspirée de la tradition ayurvédique indienne qui s'appuie sur le rééquilibrage des fonctions énergétiques. Cette technique comparable aux points d'acupuncture propose des stimulations de points d'énergie en harmonisant le corps et les émotions. Les points Marma sont doucement pétris et pressés. Ce soin est pratiqué avec un bol Kansu fait de 5 métaux dont l'objectif est de faire circuler, de façon fluide, l'énergie dans le corps pour ainsi réduire considérablement la fatigue, détendre profondément les muscles et améliorer la digestion.

Le massage Marma Kansu libère le stress, calme les angoisses et procure une sensation de bien-être.

<b>Massage Ki Mayu (50')</b>	<b>145€</b>
(1h20)	<b>205€</b>

Massage d'exception, réalisé sur une table en quartz chaud, qui s'inspire de différentes techniques énergétiques originaires de Chine, du Japon et du Tibet. Ce soin dynamise et relaxe les muscles en profondeur, tout en réactivant le système énergétique et nerveux par digitopression. Il évoque la sensation d'un cocon d'énergie et favorise la circulation du Ki (énergie en japonais).

Contribue au maintien de votre équilibre dans sa globalité pour favoriser votre détente.

<b>Soin Kailash (50')</b>	<b>145€</b>
---------------------------	-------------

Le soin Kailash est inspiré de la tradition tibétaine, fondée sur le renforcement énergétique. Il associe les ondes sonores des bols chantants qui harmonisent les énergies et les émotions, et la puissance de la turquoise, pierre bleu clair, qui a le pouvoir de purification et d'harmonisation.

Massage défatigant et revitalisant, qui favorise un grand apaisement de l'esprit.

<b>Vague de sérénité (50')</b>	<b>140€</b>
--------------------------------	-------------

Une parenthèse de douceur pour se reconnecter à soi. Cette méditation guidée individuelle vous enveloppe comme une vague bienfaisante, vous invitant à un retour à l'essentiel. Par le souffle, l'éveil des sens et le mouvement en conscience, elle libère les tensions, apaise le mental et réharmonise le corps.

Un moment suspendu, propice à l'ancre et à la sérénité intérieure.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

## LES MASSAGES énergétiques et thérapeutiques

### Massage Chi Nei Tsang (50')

**145€**

Massage issu de la tradition chinoise dont le principe de base est l'harmonisation globale à partir du ventre et de toutes les fonctions vitales (digestion, élimination, circulation). Le Chi Nei Tsang vise à recharger les énergies, ses effets sont très perceptibles sur le plan physique et émotionnel.

### Réflexologie plantaire (25')

**85€**

(50') **145€**

Héritée de la médecine traditionnelle chinoise, cette technique permet de stimuler des points réflexes du pied correspondant à des organes du corps. Se basant sur le pied, cette technique appréhende l'individu dans sa globalité, afin de lever les blocages énergétiques et de favoriser la circulation de l'énergie vitale, pour un rééquilibrage du corps et de l'esprit. Idéal pour chasser le stress et les insomnies.

### Soin méthode AXO® (1h15)

**210€**

La méthode AXO est une thérapie manuelle qui permet de rééquilibrer l'énergie corporelle. Elle a été créée pour relancer les systèmes circulatoires (digestif, sanguin, lymphatique, urinaire, immunitaire), ce qui permet d'éliminer les toxines, de réduire les tensions musculaires et les raideurs articulaires. Ce soin tonifie et améliore la texture de la peau, réduit l'anxiété et le stress quotidien ; il est connu pour améliorer les performances physiques.

### Massage Tui Na (50')

**145€**

Massage énergétique issu de la médecine traditionnelle chinoise, le Tui Na associe différentes techniques de pressions, frictions, tapotements et mobilisations, le long des méridiens du corps où circule le Qi, l'énergie vitale. Il favorise la circulation sanguine et énergétique, contribue à diminuer la douleur, et permet de libérer, avec une grande efficacité, les tensions musculaires et les blocages énergétiques.



*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

# les thérapies douces

---

Ostéopathie, yoga, Pilates... des pratiques expertes pour libérer le corps, améliorer la posture et favoriser une respiration consciente. Des soins ciblés pour un mieux-être durable.

## NOS SÉANCES DE YOGA & PILATES\*

**Séance de Pilates (45')** **100€**

Le Pilates est une approche globale destinée à développer le corps de manière harmonieuse. La résistance musculaire augmente, les abdominaux et lombaires se renforcent et la circulation sanguine s'améliore.

**Séance de Yoga (45')** **100€**

Les cours proposés par Samantha sont un voyage, une expérience sensorielle joyeuse, d'exploration intérieure à travers l'éveil du mouvement et de la conscience.

## NOS SÉANCES D'OSTÉOPATHIE

**Séance d'Ostéopathie (45')** **115€**

Technique manuelle pratiquée par un ostéopathe diplômé visant à rééquilibrer les structures ostéoarticulaires, musculaires et viscérales. Un travail en profondeur sur l'organisme pour relâcher les tensions et retrouver un équilibre général.

**Ostéopathie aquatique (40')** **115€**

Technique manuelle pratiquée par un ostéopathe. Cette approche novatrice de l'ostéopathie traditionnelle se pratique en bassin d'eau de mer. Vous êtes confortablement maintenu en immersion partielle, grâce à des flotteurs placés à la nuque et aux chevilles. L'état d'apesanteur ainsi éprouvé facilite la libre expression du corps, permettant à l'ostéopathe d'établir son diagnostic et d'agir en douceur. Un pur moment de bien-être garanti.

\*Groupe jusqu'à 4 personnes. Tarifs sur demande.  
Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.

# les instants prénaux

Pensés pour accompagner la future maman en douceur,  
ces soins prénaux soulagent les tensions, favorisent  
la détente et créent un lien apaisé avec bébé.

## Massage du visage prénatal (25') 90€

Ce soin défatigant hydrate le visage en profondeur avec ses manœuvres drainantes et relaxantes associées au sérum et l'huile de soin *talm*. Grâce au sérum *mega plump* et sa combinaison d'acide hyaluronique et d'extraits de plantes bio, la peau est lisse et repulpée. L'huile *mega oil*, et son association d'huiles végétales biologiques et d'actifs botaniques, hydrate intensément et apaise la peau.

## Massage prénatal (50') 145€

Un moment tout en douceur pour les futures mamans. Ce massage favorise la circulation du sang, l'oxygénéation des muscles ; il est destiné à soulager les tensions durant la grossesse. Détendue, la maman transmet ainsi des ondes positives à son bébé et établit avec lui une relation prénatale fusionnelle.

## Rituel prénatal (1h20) 225€

Ce rituel débute par le massage prénatal et se prolonge avec le massage du visage, un soin cocooning premium pour future maman.

## Soin Méthode AXO® Prénatal (50') 150€

La méthode AXO est une thérapie manuelle qui permet de rééquilibrer l'énergie corporelle. Elle a été créée pour relancer les systèmes circulatoires (digestif, sanguin, lymphatique, urinaire, immunitaire), ce qui permet d'éliminer les toxines, de réduire les tensions musculaires et les raideurs articulaires. Véritable rééquilibrage énergétique et hormonal, adapté à la grossesse, ce soin est effectué avec la *mega oil talm*, huile de soin globale bio et vegan, 100 % d'origine naturelle.

## Séance de Yoga prénatal (45') 100€

Le yoga prénatal est une pratique physique, corporelle et respiratoire, adaptée aux femmes enceintes, pour permettre d'appréhender sereinement la grossesse.



Nos soins prénaux sont réalisés avec la gamme *talm*, certifiée bio et vegan, compatible allaitement. Fabriquée en France, elle allie sécurité, efficacité et excellence pour accompagner les femmes.

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.



## Thalassothérapie & Spa à la journée

Profitez de l'accès au Spa Marin  
toute la journée

### Journée de rêve

470€

- 1 bar à gommage (25')
- 1 soin thalasso au choix parmi la liste des soins proposée page 31
- 1 massage (50') au choix parmi : Californien, Abhyanga, Lomi-Lomi, Balinais, Tui Na, Chi Nei Tsang, Marma Kansu, Kailash, Suédois, Réflexologie plantaire ou Sublime Réflexologie (voir pages 16 à 19)
- 1 soin du visage sur-mesure *Carita* (1h)
- 1 déjeuner\* en menu 3 plats, au « Bistrot Lumière » (d'octobre à avril) ou au restaurant de plage « La Goélette » (d'avril à septembre)
- Coupe de Champagne

\*Uniquement le midi, sur réservation, hors jours fériés et événements spéciaux.  
Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

## DÉJEUNEZ SUR PLACE !

Profitez du menu « Au fil de l'eau »  
(entrée/plat ou plat/dessert à 49 € par personne)  
au Bistrot Lumière (d'octobre à avril)  
ou à La Goélette (d'avril à septembre).\*

Offre valable exclusivement à la réservation  
d'un soin ou d'une ½ journée de soins.

# Thalassothérapie & Spa à la demi-journée

Profitez de l'accès au Spa Marin  
sur votre 1/2 journée de soins

### Éveil Marin

110€

- 1 petit-déjeuner gourmand face à la mer servi de 8 h à 10 h
- 1 soin Thalasso au choix parmi la sélection des soins proposée page 31  
*Hors dimanche et jours fériés.*

### Day Spa

- 1 déjeuner\* en menu 3 plats, au Bistrot Lumière (d'octobre à avril) ou au restaurant de plage La Goélette (d'avril à septembre)
- 1 massage relaxant (25') **155€**  
OU
- 1 massage du monde (50') **205€**

### Découverte Thalazur

*3 soins individuels dont 1 massage*

165€

- 2 soins Thalasso au choix parmi la sélection des soins proposée page 31
- 1 massage relaxant à l'huile précieuse (25')

### Thalazur

205€

*4 soins individuels dont 1 massage*

- 3 soins Thalasso au choix parmi la sélection des soins proposée page 31
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer au baume relaxant (20') ou relaxant à l'huile précieuse (25')

### Voyage Sensoriel

230€

- 1 bain de mer hydromassant (20') au choix parmi : aux cristaux Thalazur ou à l'algosérum Bio
- 1 enveloppement d'algues aux Parfums d'ailleurs (20') : pulpe de coco ou poudre de coton
- 1 massage (50') au choix parmi : Californien, Abhyanga, Lomi-Lomi, Balinais, Chi Nei Tsang, Suédois, Marma Kansu, Kailash, Réflexologie plantaire (voir pages 16 à 19)

### L'expertise des sens

280€

- 1 massage (50') au choix parmi : Californien, Abhyanga, Lomi-Lomi, Balinais, Chi Nei Tsang, Suédois, Marma Kansu, Kailash, Réflexologie plantaire (voir pages 16 à 19)
- 1 soin du visage sur-mesure Carita (1h)

*Uniquement au déjeuner, sur réservation, hors événements spéciaux. Menus hors boissons.  
Le restaurant ouvert pour le déjeuner en avril sera déterminé selon notre calendrier estival 2025.  
Pour votre réservation, il vous sera demandé votre choix de soin.*

# THALAZUR

## jardin marin



## Le meilleur des soins dans nos Spas Beauté

### NOTRE GAMME COSMÉTIQUE

#### Jardin marin, le bien-être absolu, révélateur de beauté

L'alliance de la mer et des plantes, issue de 25 ans d'expertise en Thalassothérapie.

Composée avec 90 % d'ingrédients d'origine naturelle, la gamme cosmétique Jardin marin associe les bienfaits des actifs marins et végétaux pour une action ciblée : hydratante, lissante, exfoliante, raffermissante... Chaque soin révèle un peu plus votre éclat naturel.



90%  
D'ORIGINE  
NATURELLE



LA SCIENCE  
DE LA MER POUR  
VOTRE SANTÉ



CERTIFIÉ  
EXCELLENT  
YUKA



ECO-CONÇU  
ET FABRIQUÉ  
EN FRANCE



scannez pour accéder à notre boutique en ligne et découvrir toute la gamme Thalazur jardin marin



# Nos soins dans le détail

## Nos soins secs

### Lit hydromassant (15')

Sur un matelas d'eau chaude, deux jets à pression modulable massent la face postérieure du corps de façon régulière, localisée ou générale. Programmes spécifiques selon les effets recherchés.

### Pressothérapie avec gel fraîcheur

#### Thalazur (20')

Drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs, effectué à l'aide de bottes fonctionnant par pressions et décompressions, afin d'améliorer le retour veineux et lymphatique et soulager les sensations de jambes lourdes.

## Nos enveloppements et applications

### Enveloppement d'algues reminéralisantes (20')

Appliquées sur l'ensemble du corps, les algues chaudes permettent de reminéraliser l'organisme, réhydrater les tissus et d'éliminer les toxines.

### Enveloppement aux Parfums d'Ailleurs (20')

L'alliance des bienfaits de l'algothérapie et du plaisir sensoriel d'actifs exclusifs (coton et aloe vera, ou pulpe de coco) fait de l'enveloppement, un soin cocooning privilégié.

### Application de boues marines (20')

Issues des sédiments marins, elles s'appliquent chaudes localement, sur le dos et les articulations. Action antalgique et antirhumatismale.

### Application de cryothérapie (20')

Application rafraîchissante d'algues froides à base de menthol au niveau des membres inférieurs. Idéale en cas de problèmes circulatoires et pour apaiser les sensations de jambes lourdes.

## Nos bains de mer hydromassants

### Aux cristaux Thalazur (20')

Cet hydromassage par jets dans un bain de mer chauffée entre 34° C et 37° C est un véritable concentré de détente. Les cristaux de mer vous offrent le plaisir d'un bain bleu lagon au parfum signature Thalazur.

### À la gelée d'algues laminaires (20')

Pour ses vertus réminéralisantes et dynamisantes grâce à sa richesse en minéraux et oligo-éléments.

### Précieux à la cire de miel et karité (20')

Grâce à l'adjonction d'une cire au miel et au karité dans l'eau de votre bain, vous découvrez la délicieuse sensation d'une peau pleinement hydratée et délicatement parfumée.

### Algosérum Bio (20')

Grâce aux propriétés toniques et reminéralisantes de l'huile de criste marine Bio, ce concentré marin reminéralise et réharmonise le corps.

## Nos autres soins d'hydrothérapie

### Douche oscillante (15')

Balayage oscillant par une fine pluie d'eau de mer sur tout le corps. Ce soin favorise le relâchement des tensions musculaires et une sensation de relaxation profonde.

### Douche à jet (10')

Hydromassage continu du corps, à l'aide d'un jet d'eau de mer à pression modulable. Soin drainant et tonifiant, idéal pour décontracter les muscles et affiner la silhouette.

# les soins Thalasso

Les tarifs ci-dessous sont valables par personne et positionnés sur une même demi-journée.

\*Au choix parmi la liste des soins proposés page 31.

1 soin individuel thalasso*	80€
2 soins individuels thalasso*	125€
3 soins individuels thalasso*	150€

L'entrée au Spa Marin est exclusivement dédiée à nos clients bénéficiant de soins et à la clientèle de l'hôtel.

**Les horaires :**

Parcours Marin : 9 h • 13 h

14 h • 19 h

Sauna / Hammam : 9 h • 19 h

## Détendez-vous dans notre Spa Marin.

### PARCOURS MARIN

Baigné de lumière naturelle, notre Parcours Marin de 100m<sup>2</sup> en eau de mer chauffée vous promet détente et relaxation dans un cadre intimiste.

- Col de cygne
- Aquabeds
- Geyser
- Sièges bouillonnants
- Jacuzzi

### SAUNA

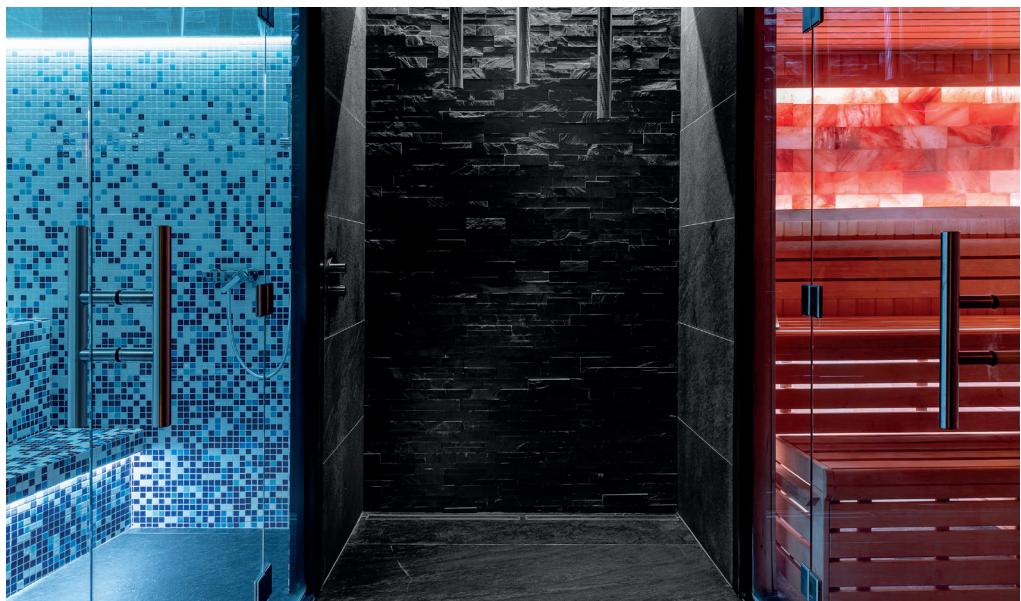
Le sauna, issu des pays nordiques, est un bain de chaleur sèche, entre 80 et 100° C, qui favorise la détente physique et mentale.

### HAMMAM

Issu des thermes romains, le hammam est une pièce à chaleur humide, qui procure une relaxation intense et une élimination des toxines.

### SALLE DE REPOS

La salle de repos, avec vue sur la baie de Rènecros, vous permet de vous relaxer avant ou après les soins, avec une tisane ou une eau fruitée préparée avec soin chaque jour.



Spa Marin



# informations pratiques

## Lors de votre venue, pensez à...

- Un maillot de bain adapté aux conditions marines (eau de mer, chlore...)\*.
- Pour les hommes, boxer, slip de bain, et shorts courts sont acceptés\*.

Lors de votre venue, nous mettons à votre disposition peignoir, serviettes et sandales pour vos soins.

Nous vous invitons à vous présenter 30 minutes avant le début de votre soin, pour vous installer et profiter sereinement de l'expérience. Une arrivée tardive de votre part entraînera une diminution de la durée de la prestation. Cette dernière ne pourra en aucun cas être prolongée, et ce pour ne pas retarder les réservations suivantes.

En cas d'annulation, nous vous demandons de nous prévenir 48 h à l'avance. Passé ce délai, toute annulation sera facturée.

La piscine extérieure est exclusivement réservée à la clientèle hébergée à l'hôtel.

L'établissement dispose d'un service voiturier pour rendre votre expérience la plus agréable. (15 € / demi-journée, sous réserve de places disponibles. Prestation non réservable).

Vous attendez un heureux évènement ? Contactez notre équipe afin de découvrir les soins adaptés et les règles de sécurité en vigueur pour votre confort et bien-être.

L'établissement décline toute responsabilité en cas de pertes, vols d'objets de valeur ou dégradations de bijoux (coffres et casiers individuels mis à votre disposition).

Les téléphones portables doivent rester en mode silencieux dans toutes les zones de l'établissement.

Le non-respect des règles d'hygiène et de sécurité entraînera l'exclusion de l'institut de Thalassothérapie. Pour l'hygiène de tous, les cheveux doivent être attachés pour l'accès à nos piscines.

Certificat médical ou décharge obligatoire à remplir sur place.

## L'institut de Thalassothérapie & Spa est ouvert 7/7 jours.

L'accueil est à votre disposition de 8 h 30 à 18 h 45.

Les soins sont planifiés de 9 h à 13 h et de 14 h à 19 h.

**Un oubli ?** Vous trouverez dans notre espace boutique des produits cosmétiques, produits solaires, maillots et ligne de bain, casquettes...

\* Les longs shorts de bains, combinaisons complètes et les strings ne sont pas acceptés.



# IDÉES CADEAUX

## Pensez Thalasso, offrez Thalazur



scannez et retrouvez  
tous nos coffrets cadeaux



# THALAZUR

escales bien-être & thalasso



BANDOL ~ Île Rousse\*\*\*\*\*



## INFORMATIONS, DEVIS ET RÉSERVATION

+ 33 (04) 94 29 33 05 | [bandol@thalazur.fr](mailto:bandol@thalazur.fr)

Thalazur Bandol - 25 bd Louis Lumière - 83150 BANDOL

[www.thalazur.fr](http://www.thalazur.fr)

