



Côté Thalasso

Banyuls-sur-Mer

HÔTEL **** | RESTAURANT PANORAMIQUE | ESPACES DE RÉCEPTION | SPA MARIN

Sommaire

CÔTÉ THALASSO - BANYULS-SUR-MER 04

À la découverte de Banyuls-sur-Mer..... 05

L'hôtel 06

Le restaurant 10

Le Spa Marin 12

NOS FORMULES DE SOINS 15

Les soins à la carte..... 16

Les formules liberté 20

Les escales 22

Les cures thalasso..... 24

NOS COFFRETS CADEAUX 33

PROFESSIONNELS & GROUPES 34

LES INFOS PRATIQUES 35



Bienvenue chez Côté Thalasso



Entre TRADITION

L'EXPERTISE MÉDICALE

Depuis 26 ans, le Docteur Marie PEREZ SISCAR œuvre dans le domaine de la thalassothérapie, tout en cherchant à **faire évoluer les protocoles de soins pour rendre encore plus efficaces les formidables bienfaits de l'eau de mer sur notre organisme.**

LA QUALITÉ

Composées de professionnels confirmés, nos équipes formées spécifiquement, effectuent tous nos massages et hydro-massages manuellement avec de l'huile d'amande douce. La qualité des soins dépend aussi de la précision et de la rigueur des protocoles mis en œuvre. Les produits actifs utilisés sont soigneusement sélectionnés pour des soins hautement efficaces.

et INNOVATION

L'HUILE DE MAGNÉSIUM MARIN

Véritable innovation, l'huile de magnésium marin pénètre efficacement la peau et rejoint les zones carencées et douloureuses de notre corps. **Cette idée d'isoler le Chlorure de Magnésium issu de l'eau de mer a été développée par le Docteur Marie PEREZ SISCAR en collaboration avec les laboratoires Thalion. Ses effets positifs agissent sur de nombreux troubles de l'organisme : stress et nervosité, sommeil, douleurs articulaires ou musculaires, détox ou prévention anti-âge.**

NOUVEAUTÉ 2024

Découvrez en exclusivité chez Côté Thalasso **l'Algo Massage**. Un massage complet réalisé avec un mélange d'algues et de boue marine enrichi en magnésium transcutané. Jamais ce procédé n'avait encore été utilisé ! L'Algo Massage est un soin particulièrement relaxant, mais aussi reminéralisant et gommant. Essence même de la thalasso, le soin se termine par un hydro-massage. Un soin unique que vous ne trouverez nulle part ailleurs !



MARIE PEREZ SISCAR

Médecin, Présidente de Côté Thalasso
et de France Thalasso, Syndicat National
Professionnel de la Thalassothérapie

Le charme authentique d'un ancien village de pêcheurs vignerons, des ruelles escarpées, des vignobles en terrasses, des criques de galets ou des sentiers baignés de soleil qui invitent à la découverte et à la flânerie.



EN VOITURE

MOINS DE 3H

Perpignan > 30 min / 37 km

Toulouse > 2h30 / 247 km

Montpellier > 2h20 / 198 km

Nîmes > 2h40 / 246 km

Avignon > 3h / 285 km

MOINS DE 5H

Marseille > 3h46 min / 360 km

Aix-en-Provence > 3h38 / 347 km

Bordeaux > 4h52 / 489 km



Partez à la découverte de **BANYULS-SUR-MER**

Entre mer et montagne, vous bénéficierez du climat exceptionnel de la Côte Vermeille tout au long de l'année. Entre Collioure et la frontière espagnole, la chaîne des Pyrénées et la Méditerranée se rencontrent en dessinant vallons et coteaux abrupts couverts tantôt de vigne, tantôt de garrigue. Au cœur de ces paysages exceptionnels de crêtes et de criques se niche Banyuls-sur-Mer, un écrin de nature où il fait bon vivre. Le département des Pyrénées-Orientales bénéficie de plus de 300 jours d'ensoleillement par an et de températures moyennes qui oscillent de 10 à 12° en hiver et de 25 à 30° en été.

Un environnement naturel préservé vous permettra de découvrir les trésors terrestres, marins et sous-marins : sentiers du littoral, forêt de la Massanne, réserve naturelle marine, aquarium et biodiversarium, site naturel classé de l'Anse de Paulilles, etc.

Enfin, vous découvrirez les caves des vignerons de Banyuls-sur-Mer et de Collioure qui produisent des vins AOP caractéristiques de ce terroir d'exception, sans oublier les huiles d'olive, les vinaigres artisanaux, miels et autres produits locaux.

Bon séjour parmi nous !





Notre établissement

HÔTEL **** | RESTAURANT PANORAMIQUE
ESPACES DE RÉCEPTION | SPA MARIN

Dans un cadre agréable et avec **une vue mer à couper le souffle**, vous vivrez une expérience unique chez Côté Thalasso Banyuls-sur-Mer. Notre **hôtel quatre étoiles** vous accueille toute l'année, le temps d'un séjour ou même d'une journée.

Situé sur les hauteurs de Banyuls-sur-Mer, notre établissement propose des services variés grâce à ses nombreuses installations. Hébergement, restauration, thalassothérapie et événementiel répondent aux attentes de tous les publics.

Directement intégré à notre complexe thalasso, il est composé de 84 chambres (de 24 à 36 m²), pouvant accueillir de 1 à 4 personnes. **Des chambres vue mer avec terrasse**, pour contempler le paysage qui s'offre à vous. Leur décoration soignée vous plongera dans une ambiance cosy propice à la détente. Sans sortir des locaux, en peignoir, vous pouvez rejoindre la thalasso, le Spa Marin ou encore vous rendre au restaurant.





EXCLU !
Literie électrique
d'exception
dans toutes nos
chambres



VOTRE HÉBERGEMENT AU CŒUR DE LA THALASSO

La plupart de nos chambres ont une vue sur mer et toutes possèdent une terrasse. Elles sont équipées de coffres individuels et d'un plateau de courtoisie avec thé et café. Sans sortir des locaux, en peignoir, vous pouvez rejoindre la thalasso, le Spa Marin ou encore vous rendre au petit-déjeuner.



CÔTÉ HÔTEL

Tarifs

Chambres avec accès illimité au Spa Marin

CHAMBRES toutes catégories	De 135 € à 355 € / nuit	Enfant -12 ans Lit enfant : 15 € / nuit Lit bébé : OFFERT
PETIT-DÉJEUNER BUFFET	19 €	10 €
Animaux	19 € / nuit	

DES TARIFS D'HÉBERGEMENT PRÉFÉRENTIELS SONT PROPOSÉS AVEC LES SOINS





CÔTÉ RESTAURANT

Panoramique

Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, l'équipe vous fera découvrir une **cuisine raffinée et faite maison, à base de produits frais du terroir.**

Aux beaux jours, la terrasse offre une vue panoramique sur la mer Méditerranée.

Au menu ou à la carte, vous bénéficierez d'une cuisine de saison, équilibrée et gourmande, mettant à l'honneur toute l'année les produits de la mer.



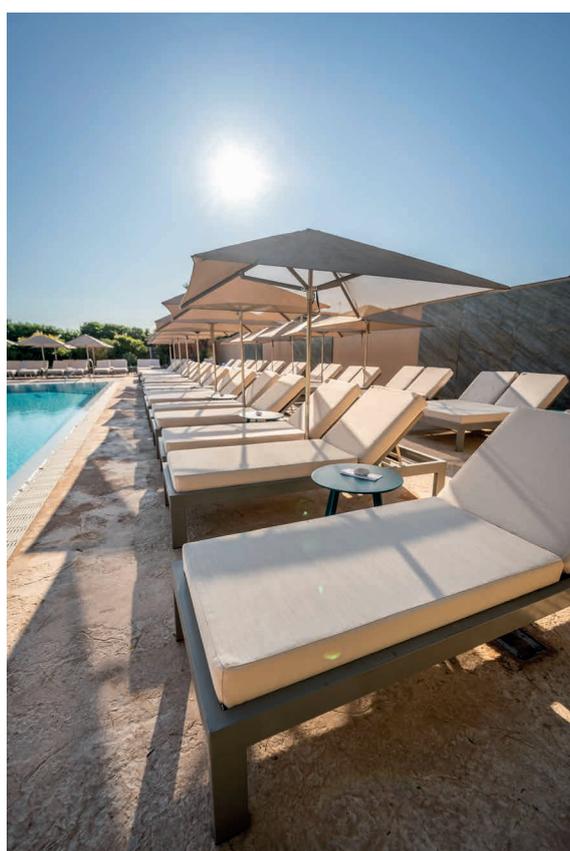


UN ESPACE DE REPOS ET DE DÉTENTE

Des espaces de repos et de détente sont aussi à votre disposition et vous permettront de vous relaxer.

Thés ou tisanes sont à votre disposition et à volonté dans l'espace soins.

Vous pouvez aussi retrouver aisance, souplesse et tonus musculaire grâce à notre salle de sport et à l'aquabike.





CÔTÉ SPA MARIN

Bulle de détente

Faites le plein d'énergie grâce aux bienfaits marins sur votre organisme. Toutes nos prestations - cures, escales, soins à la carte ou cocktails de soins - donnent accès au **Spa Marin**.

Il se compose de :

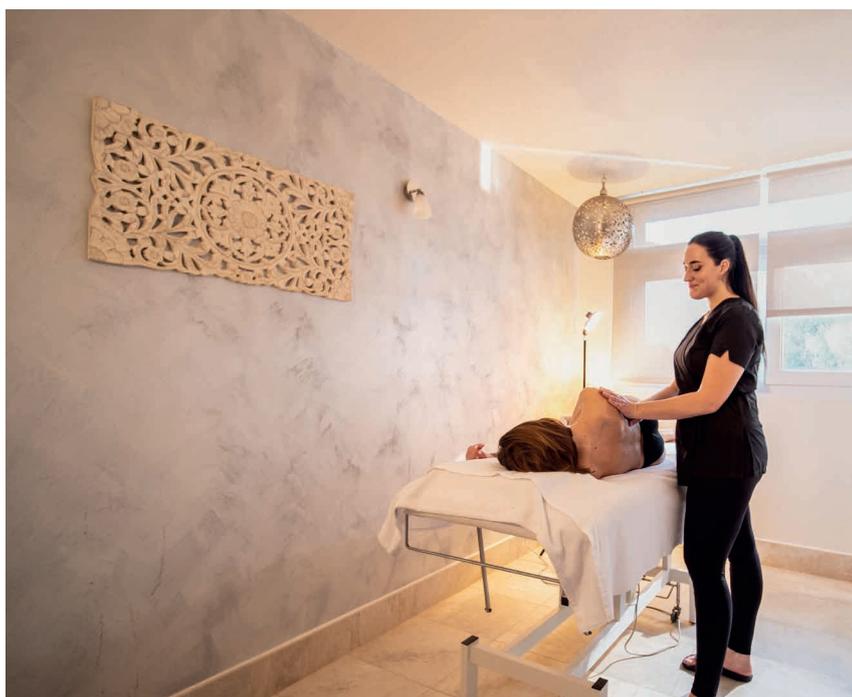
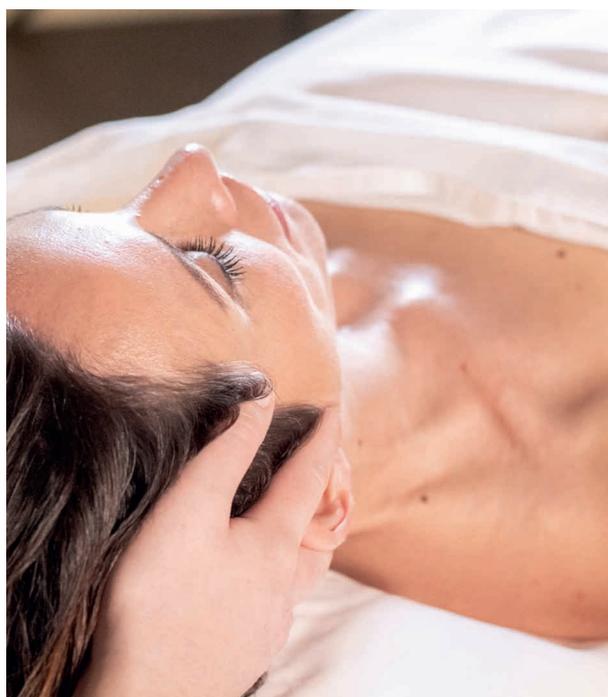
- **2 grands bassins d'eau de mer**
 - 1 bassin intérieur de 15x11 m, chauffé à 30° avec jets pulsés, cols de cygne, jacuzzi et bassin de marche en eau de mer froide
 - 1 bassin extérieur de 15x11 m, accessible en saison
- **1 sauna, 1 hammam, 1 salle de cardiofitness, 1 solarium et 1 salle d'aérosols marins.**



L'espace SOINS

DÉTENTE ET LÂCHER-PRISE

Salles de massages, baignoires hydro-massantes équipées de luminothérapie pour une détente optimale. **Toutes nos installations sont étudiées pour alterner repos et plaisir.**





Nos
FORMULES
DE SOINS

SOINS À LA CARTE, FORMULES LIBERTÉ, ESCALES OU CURES,
CHOISISSEZ VOTRE THALASSO !



LES SOINS
à la carte

DE 12 À 85
MINUTES

Profitez de notre expertise



L'huile de
magnésium
marin

PEUT ÊTRE AJOUTÉE SUR DEMANDE
(supplément 3€)

SOINS *Thalasso*

AÉROSOL MARIN INDIVIDUEL

Une nébulisation de vapeur d'eau de mer pour régénérer les voies respiratoires.

12 MIN | 35 €

DOUCHE À JET

Un hydromodelage général du corps, tonifiant, décontracturant et drainant.

12 MIN | 49 €

BAIN HYDROMASSANT AUX CRISTAUX MARINS

Une alternance d'aérobains et de jets sous-marins séquentiels à effet relaxant.

12 MIN | 45 €

HYDROMASSAGE SOUS-MARIN

Réalisé par une thalassothérapeute dans un but drainant et décontractant, associé à un bain hydromassant.

25 MIN | 55 €

HYDROMASSAGE SOUS PLUIE MARINE

Un hydromassage doux sous une pluie d'eau de mer chaude pour un moment de pure détente.

12 MIN | 49 €

25 MIN | 59 €

ENVELOPPEMENT D'ALGUES REMINÉRALISANTES

Application d'algues sur le corps et enveloppement dans une couverture chauffante pour favoriser la pénétration des actifs marins.

25 MIN | 49 €

ENVELOPPEMENT D'ALGUES MINCEUR

Application d'algues favorisant l'élimination des toxines et la fermeté des tissus.

25 MIN | 59 €

ENVELOPPEMENT DE BOUE MARINE

Application localisée de boue marine et enveloppement dans une couverture chauffante pour soulager les douleurs articulaires.

25 MIN | 49 €

BOULE MARINE AU MAGNÉSIUM MARIN

Pétrissage d'un mélange d'algues et de boue marine associé à l'huile de magnésium marin pour soulager les douleurs articulaires des mains.

25 MIN | 35 €

ALGO MASSAGE

Massage de la face postérieure du corps avec un mélange enrichi en magnésium marin et composé d'algues reminéralisantes et de boue marine, suivi d'un hydromassage sous fine pluie d'eau mer.

35 MIN | 75 €

NOUVEAUTÉ
NOUVEAUTÉ
NOUVEAUTÉ
NOUVEAUTÉ

SOINS *Sublimes*

LES « 25 MINUTES »

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

25 MIN | 59 €

Les pierres chargées en énergie, associées à l'action d'un massage doux de la face dorsale du corps, permettent une détente profonde, diminuent le stress et apaisent les tensions musculaires.

MASSAGE HARMONIE DU VENTRE

25 MIN | 59 €

Massage associant palper-rouler et pressions glissées à l'huile de magnésium marin pour dénouer les muscles abdominaux, aider à se débarrasser efficacement des toxines, améliorer la qualité de la respiration, faciliter la digestion et apporter une aide contre les douleurs du syndrome de l'intestin irritable.

MASSAGE PIJAT KEPALA

25 MIN | 59 €

Massage indonésien du cuir chevelu, visage, décolleté, nuque et trapèzes. Maux de tête, sinusite et fatigue oculaire pourront être soulagés.

ENVELOPPEMENT COTON KEPALA

25 MIN | 75 €

Un enveloppement poudré au coton aux actifs marins pour hydrater, assouplir et subtilement parfumer la peau, associé à un massage Pijat Kepala de 12 minutes.

MASSAGE SUÉDOIS DOS25 MIN | 59 €
EN DUO | 125 €

Un massage personnalisé tonique complet du dos basé sur les principes physiologiques de la médecine occidentale.

MASSAGE CORPS12 MIN | 49 €
25 MIN | 59 €

Un massage complet de tout le corps, fait de gestes traditionnels, pour un relâchement musculaire et une détente profonde.

MASSAGE JAMBES LÉGÈRES

25 MIN | 59 €

Massage des membres inférieurs à visée circulatoire.

MASSAGE SOUS PLUIE MARINE12 MIN | 49 €
25 MIN | 59 €

Massage complet du corps sous une rampe diffusant une fine pluie d'eau de mer chaude. Un moment particulièrement apaisant et relaxant, véritable lâcher-prise régénérateur.

MASSAGE PIEDS & MAINS

25 MIN | 59 €

Un moment de détente qui relance l'énergie grâce à la sollicitation des terminaisons nerveuses.

LES « 55 MINUTES »

MASSAGE ABHYANGA

55 MIN | 99 €

Issu de la médecine ayurvédique, ce massage glissé régénère et détend le corps et le visage, nourrit la peau et assouplit les articulations. Ce massage est particulièrement indiqué pour les personnes souffrant de troubles du sommeil.

MASSAGE CALIFORNIEN55 MIN | 99 €
EN DUO | 199 €

Un massage complet du corps et du visage, fait de gestes lents, précis et enveloppants, pour une récupération physique et psychique.

MASSAGE SUÉDOIS

55 MIN | 99 €

Un massage tonique complet basé sur les principes physiologiques de la médecine occidentale.

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

55 MIN | 99 €

Les pierres chargées en énergie, associées à l'action d'un massage doux permettent une détente profonde du corps et du visage, diminuent le stress, relancent la circulation sanguine, apaisent les tensions musculaires.

INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**

Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail

à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr

SOINS *Spécifiques*

<p>MASSAGE MINCEUR EXPRESS AUX PERLES AMINCISSANTES</p> <p>L'action de perles amincissantes et gommantes combinée à 6 techniques manuelles permet d'obtenir des effets minceur visibles dès la première séance.</p>	25 MIN 69 €
<p>MASSAGE FUTURE MAMAN</p> <p>Un moment de symbiose parfaite avec le bébé qui soulage les tensions liées à la grossesse (douleurs lombaires et problèmes de circulation). Réalisé aux huiles naturelles sans huiles essentielles.</p>	40 MIN 69 €
<p>SOINS POUR BÉBÉ</p> <p>Un bain bouillonnant avec maman associé à un massage pour bébé.</p>	25 MIN 69 €
<p>FRIGITHÉRAPIE</p> <p>Application de bandes imbibées d'une solution à base d'eau de mer, camphre et menthol qui stimule la circulation sanguine et soulage l'effet jambes lourdes.</p>	25 MIN 45 €
<p>THALAXION</p> <p>Pressothérapie et frigithérapie combinées à un hydromassage séquentiel stimulent la circulation sanguine. Ce soin réduit la cellulite et diminue la sensation de jambes lourdes.</p>	25 MIN 45 €
<p>PRESSOTHÉRAPIE (BOTTES)</p> <p>Favorise la circulation veineuse et lymphatique des membres inférieurs.</p>	25 MIN 45 €
<p>SENSOLYSE</p> <p>Les ultrasons à basse fréquence pénètrent en profondeur. Leur action vibratoire dissocie les adipocytes et leur action thermique favorise la microcirculation.</p>	25 MIN 45 €
<p>SÉANCE D'OXYGÉNATION</p> <p>Pour augmenter l'oxygénation cellulaire dans un caisson de 1,3 bar.</p>	25 MIN 45 €
<p>DEPRESSO-MASSAGE VACUODERMIE OU SKIN TONIC</p> <p>Ce palper-rouler mécanique effectué par une thalassothérapeute soulage les douleurs musculaires, dynamise la circulation sanguine et lymphatique. Deux orientations possibles : dos et articulations ou minceur.</p>	25 MIN 59 €
<p>DERMOSTRUCTURE</p> <p>Un Sensolyse combiné au Skin Tonic Minceur ou vacuodermie.</p>	55 MIN 89 €
<p>PLÉNITUDE (LIT DE FLOTTAISON) AVEC SÉANCE AUDIO DE SOPHROLOGIE</p> <p>Vivez l'expérience de l'apesanteur pour un lâcher-prise total. Soulage les douleurs musculaires et articulaires, améliore les problèmes liés au stress.</p>	20 MIN 49 €
<p>HYDROJET</p> <p>Profitez d'un moment unique de détente extrême, sans vous déshabiller ni vous décoiffer, pour soulager les douleurs musculaires et articulaires et lutter contre les jambes lourdes et la cellulite.</p>	12 MIN 39 € 20 MIN 49 €
<p>HAMMAM SOLO OU DUO</p> <p>Hammam privatisé, thé à la menthe, gommage au sel de mer et massage corporel sous pluie marine.</p>	85 MIN 135 € EN DUO 199 €

Nos massages sont réalisés manuellement par les thalassothérapeutes formé(e)s pour adapter les protocoles de soins à vos besoins.

SOINS *Esthétiques*

VISAGE

MASSAGE DÉTENTE - THALION

Massage du visage, nuque et décolleté qui offre plaisir et relaxation. Les traits sont apaisés.

25 MIN | **65 €**

BEAUTÉ EXPRESS - THALION

Comble la peau d'actifs ultra concentrés pour un résultat instantané. La peau est relaxée, radieuse et retrouve sa beauté originelle. Gommage, masque, et application de crème de jour.

25 MIN | **75 €**

BEAUTÉ ESSENTIELLE ÉCLAT - THALION

Après un diagnostic de la peau, l'esthéticienne personnalise le soin pour un objectif hydratation, nutrition, douceur ou pureté. Gommage, masque et massage subliment la peau qui redevient radieuse de fraîcheur et de beauté.

55 MIN | **105 €**

OCÉAN SECRET ANTI-ÂGE - THALION

Soin prestige qui concentre la quintessence du savoir-faire technologique et sensoriel Thalion. Ce soin apporte une réponse globale anti-âge : rides, fermeté, ovale du visage, tâches pigmentaires, éclat et hydratation. Effet lifté garanti.

85 MIN | **135 €**

L'INSTANT MASCULIN - THALION

Après un diagnostic de la peau, l'esthéticienne apporte une solution sur-mesure aux peaux masculines. Nettoyage, gommage, massage et masque pour une peau dynamisée, plus claire, plus nette et reposée.

55 MIN | **105 €**

CORPS

GOMMAGE CORPOREL

Élimine les cellules mortes de l'épiderme, laisse une peau douce, soyeuse et favorise l'absorption des minéraux et des oligo-éléments.

25 MIN | **65 €**

ENVELOPPEMENT POWDRÉ AU COTON AUX ACTIFS MARINS

La peau est hydratée, souple et subtilement parfumée.

25 MIN | **55 €**

DÉLICE DE PEAU

Un gommage corporel suivi d'un enveloppement poudré au coton aux actifs marins.

55 MIN | **105 €**

DÉTENTE EXQUISE

Un enveloppement poudré au coton aux actifs marins suivi d'un massage du corps.

55 MIN | **105 €**

DOUCEUR ET SÉRÉNITÉ

Un gommage corporel, un enveloppement poudré au coton aux actifs marins et un massage du corps.

85 MIN | **149 €**

GARRA RUFA - FISH PEDICURE / FISH MANUCURE

Ces poissons reproduisent sur la peau l'effet d'un gommage qui a l'avantage d'être naturel, sans produit et sans râpe. Le contact entre vos pieds ou vos mains et ces petits poissons procure une sensation de détente. La peau s'en trouve adoucie et la circulation sanguine améliorée.

20 MIN | **29 €**

ÉPILATION

Demi-jambes	35 €
Jambes entières	45 €
Maillot échancré	35 €
Maillot intégral	45 €

Sourcils	15 €
Lèvres	15 €
Visage	35 €

Aisselles	25 €
Bras	29 €
Torse	39 €
Dos	39 €

FORFAIT : 1/2 jambes + aisselles + maillot échancré : 65 €

INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**
 Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail
 à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr

LES FORMULES

Liberté

**AVEC OU SANS
HÉBERGEMENT**

17 cocktails de 3 soins
pour composer
votre séjour sur-mesure



LA 1/2 JOURNÉE

À PARTIR DE 135 € / PERS.

-

**LA JOURNÉE COMPLÈTE,
DÉJEUNER AU RESTAURANT COMPRIS**

À PARTIR DE 174 € / PERS.

Choisissez

VOTRE COCKTAIL DE 3 SOINS

ESSENTIEL	Algo Massage (une exclusivité Côté Thalasso), hydromassage sous-marin, douche à jet	165 €	NOUVEAUTÉ NOUVEAUTÉ NOUVEAUTÉ
DÉCOUVERTE	Bain hydromassant, massage sous pluie marine (25min), enveloppement d'algues reminéralisantes.	135 €	
THALASSO	Hydromassage sous-marin, douche à jet, enveloppement d'algues reminéralisantes.	135 €	
HAMMAM	Hammam privatisé avec thé à la menthe, gommage corporel et massage corps sous pluie marine (25 min).	135 €	
ORIENTAL	Enveloppement au ghassoul, massage sous pluie marine (25 min), bain hydromassant parfumé aux essences de jasmin.	135 €	
CIRCULATOIRE	Douche à jet circulatoire, massage jambes légères, frithérapie.	135 €	
MÉDITERRANÉE	Gommage aux sels de la Méditerranée, massage sous pluie marine (25 min), bain hydromassant parfumé aux essences d'agrumes.	149 €	
MINCEUR	Depresso massage, douche à jet drainante, enveloppement d'algues minceur.	139 €	
ADO	Gommage du corps, beauté express du visage, bain hydromassant.	165 €	
FUTURE MAMAN	Massage future maman (25 min), hydrojet (12 min), hydromassage sous-marin.	155 €	
BEAUTÉ	Gommage du corps, enveloppement poudré au coton aux actifs marins, beauté express du visage.	175 €	
ÉQUILIBRE	Massage Pijat Kepala, massage pieds et mains, massage harmonie du ventre.	159 €	
MAMAN BÉBÉ	Soin pour bébé, massage suédois du dos à l'huile de magnésium marin, enveloppement d'algues reminéralisantes.	159 €	
DÉTENTE	Massage Pijat Kepala, bain hydromassant aux cristaux marins, massage californien.	185 €	
MAGNÉSIUM MARIN	Massage californien à l'huile de magnésium marin, massage sous pluie marine à l'huile de magnésium marin (25 min), enveloppement de boue marine.	185 €	
MASCULIN	Gommage du corps, douche à jet, massage californien.	189 €	
ÉVASION	Enveloppement au ghassoul, massage Pijat Kepala, massage abhyanga.	185 €	
MOMENT D'EXCEPTION	Espace privatisé pour 2 personnes avec 1 gommage corporel, 1 massage sous pluie marine, hammam et jacuzzi avec thé à la menthe.	309 €	

Pour 2 pers. uniquement

INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**

Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail

à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr



LES
Escapes

1 OU 2 NUITS

4 à 8 soins pour
une parenthèse régénératrice



Choisissez VOTRE ESCALE

Escalées 4 soins

ESCALE BIEN-ÊTRE	<p>Une pause pour prendre soin de soi et retrouver son éclat</p> <p>4 soins : 1 massage sous pluie marine (25 min), 1 soin dynamique marin, 1 bain hydromassant aux cristaux marins, 1 enveloppement d'algues reminéralisantes.</p>	169 €
ESCALE ZEN	<p>Un moment de pure évasion</p> <p>4 soins : 1 massage sous pluie marine (25 min), 1 massage aux pierres chaudes (25 min), 1 bain hydromassant aux cristaux marins, 1 enveloppement d'algues reminéralisantes.</p>	189 €
ESCALE À L'HUILE DE MAGNÉSIUM MARIN	<p>Combattre le stress et les douleurs articulaires</p> <p>4 soins : 1 massage suédois du dos à l'huile de magnésium marin, 1 massage sous pluie marine à l'huile de magnésium marin (25 min), 1 bain hydromassant à l'huile de magnésium marin, 1 enveloppement de boue marine.</p>	189 €
ESCALE MINCEUR EXPRESS	<p>Des résultats minceur étonnants dès la première séance</p> <p>4 soins : 1 douche à jet drainante, 1 massage minceur express aux perles amincissantes, 1 enveloppement d'algues minceur, 1 hydrojet minceur (12 min).</p>	189 €

Escalées 8 soins

ESCALE 02	<p>Dépolluer et ressourcer</p> <p>8 soins : 2 séances d'oxygénation en caisson hyperbare (25 min), 2 séances individuelles d'aérosols marins (12 min), 1 enveloppement d'algues reminéralisantes (25 min), 1 bain hydromassant aux cristaux marins (12 min), 1 massage suédois (25 min), 1 massage Pijat Kepala (25 min).</p>	329 €
ESCALE PAUSE DÉTENTE	<p>Une pause de détente absolue</p> <p>8 soins : 1 massage californien à l'huile de magnésium marin, 1 massage abhyanga à l'huile de magnésium marin, 2 enveloppements d'algues reminéralisantes, 1 bain hydromassant aux cristaux marins, 1 plénitude (lit de flottaison) avec séance audio de sophrologie, 1 hydrojet, 1 douche à jet.</p>	429 €
ESCALE HARMONIE	<p>Aider celui que l'on nomme notre « 2° cerveau » à se reconnecter</p> <p>8 soins : 2 massages harmonie du ventre au magnésium marin, 1 massage Pijat Kepala, 1 massage pieds & mains, 1 massage sous pluie marine (25 min), 1 douche à jet drainante, 2 enveloppements d'algues reminéralisantes.</p>	399 €

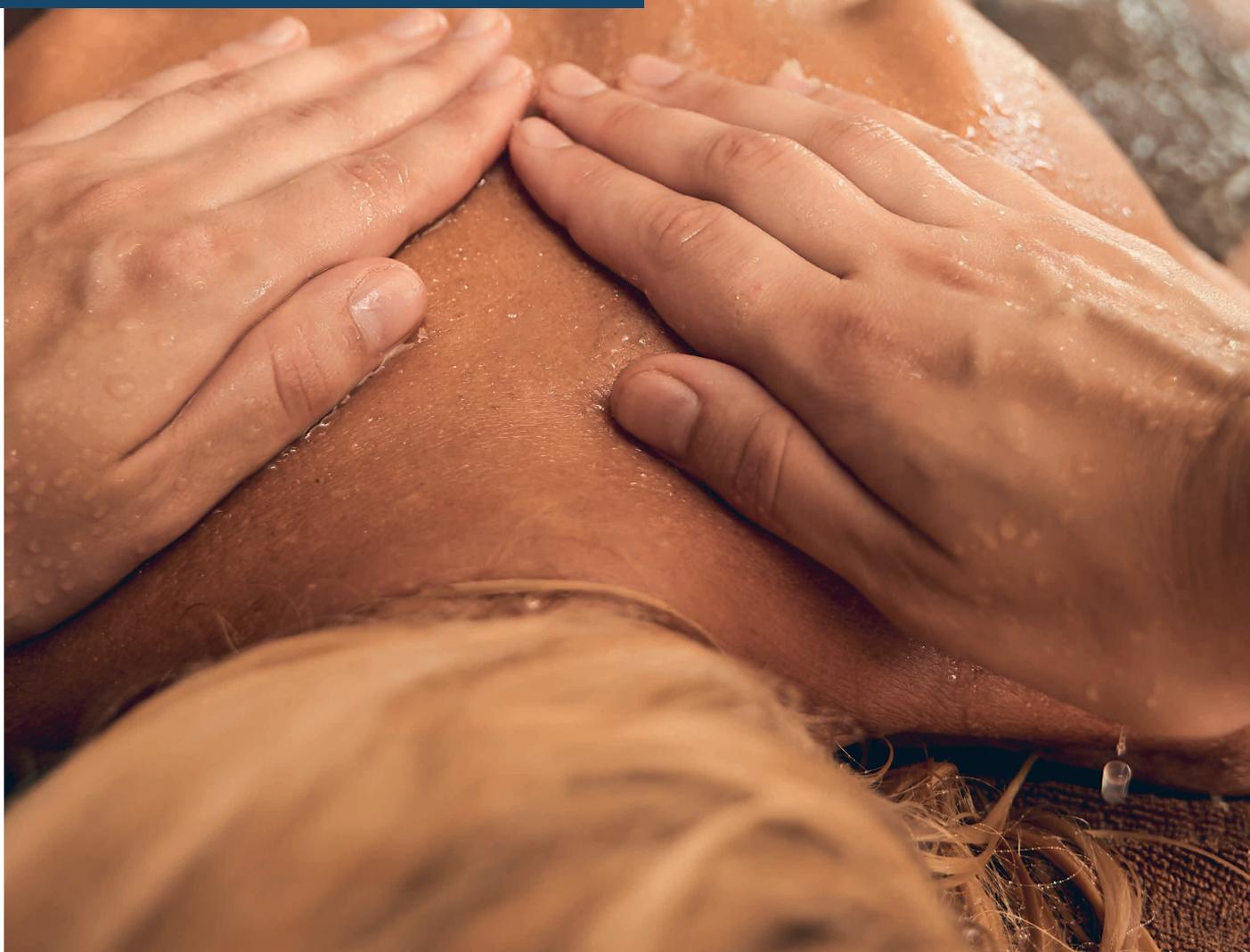
LES

Cures

THALASSO

**5 JOURS
SANS HÉBERGEMENT**

—
Pour prendre soin de soi



699 €

CURE 8 MASSAGES

Apaiser son corps et son esprit

Une cure orientée détente et relaxation pour échapper au stress et tracas de la vie quotidienne.

15 soins / 5 jours

• 8 massages :

1 massage Pijat Kepala, 1 massage pieds & mains, 1 massage aux pierres chaudes (25 min), 1 massage corps, 1 massage suédois du dos, 1 massage harmonie du ventre, 2 massages sous pluie marine (25min).

• 7 soins thalasso

3 bains hydromassants aux cristaux marins, 2 enveloppements d'algues reminéralisantes, 2 hydrojets (12min).



649 €

CURE BIEN-ÊTRE

Prendre soin de soi

Un moment de profond relâchement.

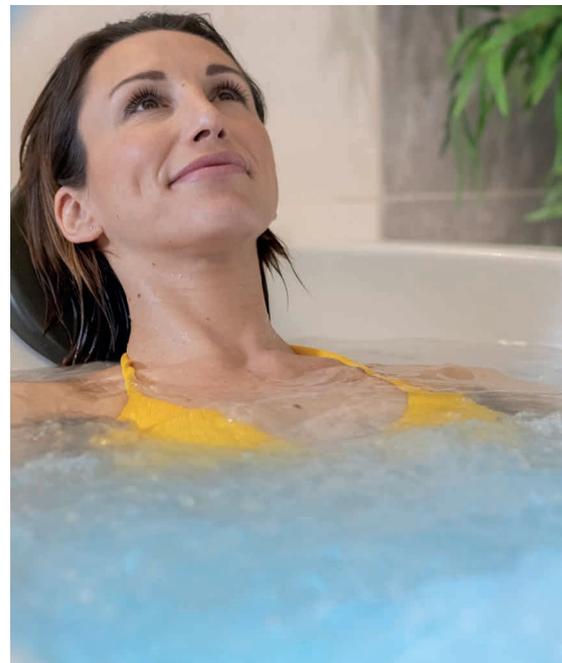
20 soins / 5 jours

• 15 soins thalasso :

3 massages sous pluie marine (12 min), 2 hydrojets (12 min), 2 douches à jet, 5 enveloppements d'algues reminéralisantes, 3 bains hydromassants aux cristaux marins.

• 5 soins dynamiques marins collectifs

Gymnastique marine et jets sous-marins.



INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**

Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail

à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr



789 €

DÉTENTE & VITALITÉ

à l'huile de magnésium marin

L'action reminéralisante du magnésium favorise la récupération musculaire et articulaire profonde et contribue à la prévention « anti-âge ».

20 soins / 5 jours

• **15 soins ciblés :**

3 massages sous pluie marine à l'huile de magnésium marin (12 min), 2 massages suédois du dos à l'huile de magnésium marin, 2 hydromassages sous-marins à l'huile de magnésium marin, 5 enveloppements de boue marine, 2 bains hydromassants à l'huile de magnésium marin, 1 séance plénitude (lit de flottaison) avec séance audio de sophrologie.

• **5 soins dynamiques marins collectifs :**

Gymnastique marine et jets sous-marins.



899 €

CURE NO STRESS

À l'huile de magnésium marin

Combattre les états de fatigue générale, l'insomnie, le stress ou l'irritabilité grâce aux vertus du magnésium.

20 soins / 5 jours

• **20 soins individuels :**

- **Massages :** 9 massages à l'huile de magnésium marin :

1 massage californien, 1 massage Pijat Kepala, 1 massage pieds & mains, 2 massages suédois du dos, 1 massage corps, 1 massage harmonie du ventre, 2 massages sous pluie marine (25 min),

- **Autres soins :** 3 bains hydro-massants à l'huile de magnésium marin, 5 enveloppements d'algues reminéralisantes, 2 hydrojets (12 min), 1 séance plénitude (lit de flottaison) avec séance audio de sophrologie.



799 €

FUTURE MAMAN

Accueillir bébé en toute sérénité

Les massages sont réalisés avec des huiles naturelles, sans huiles essentielles. (du 4^e au 7^e mois de grossesse)

20 soins / 5 jours

• 15 soins future maman :

3 massages future maman (25 min), 2 hydromassages sous-marins circulatoires, 2 hydromassages sous pluie marine, 3 soins de pressothérapie, 3 hydrojets (12 min), 2 enveloppements d'algues reminéralisantes.

• 5 soins dynamiques marins collectifs :

Gymnastique marine, aquabike et jets sous-marins.



799 €

JEUNE MAMAN

Partager des moments précieux

(à partir du 3^e mois de bébé)

20 soins / 5 jours

• 15 soins jeune maman :

3 enveloppements d'algues minceur, 3 douches à jet, 3 modelages sous pluie marine (12 min), 2 bains Hydromassant aux cristaux marins, 1 séance de pressothérapie, 1 séance frigidité, 2 massages suédois dos.

• 5 soins dynamiques marins collectifs :

Gymnastique marine, aquabike et jets sous-marins.



OFFERT : l'hébergement + l'accès à l'espace forme marin pour l'accompagnant non-curiste qui garde bébé.

INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**

Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail

à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr



899 €

CURE OXYGÉNATION

Dépollution et anti-vieillesse

L'oxygénation ⁽¹⁾ permet, grâce au renforcement du métabolisme cellulaire, de diminuer la fatigue et le stress, d'améliorer la qualité du sommeil, de calmer l'irritabilité et d'augmenter les performances sportives.

25 soins / 5 jours

• **25 soins ciblés répartis sur 5 demi-journées :**

5 séances d'oxygénation en caisson hyperbare (25 min), 5 séances d'aérosols marins individuels (12 min), 5 soins dynamiques marins (25 min), 3 enveloppements d'algues reminéralisantes (25 min), 2 bains hydromassants aux cristaux marins (12 min), 2 massages suédois (25 min), 2 massages Pijat Kepala (25 min), 1 massage sous pluie marine (25 min).

(1) L'oxygénation hyperbare est une modalité thérapeutique d'administration de l'oxygène par voie respiratoire à une pression supérieure à la pression atmosphérique standard.



899 €

MIEUX VIVRE LE CANCER

Retrouver confort et dynamisme

Une cure qui ne ressemble à aucune autre ! Chaque curiste est choyé et encadré dès son arrivée. Il s'agit d'un protocole global et personnalisé qui permet de reprendre son souffle, d'améliorer sa qualité de vie et de s'accorder une véritable parenthèse de bien-être. Elle n'est pas uniquement post-cancer mais peut être réalisée à tout moment de la maladie. Elle permet **de reprendre confiance en soi et en l'avenir, de lutter contre l'anxiété et les troubles du sommeil.**

22 soins / 5 jours

3 enveloppements d'algues reminéralisantes, 2 enveloppements poudrés au coton aux actifs marins, 3 séances d'oxygénation en caisson hyperbare, 2 séances d'aérosols marins individuels, 3 séances de soins dynamiques marins, 3 séances de plénitude avec séance audio de sophrologie, 1 douche à jet, 1 hydro massage sous-marin, 4 massages à l'huile de magnésium marin dont : 1 massage pieds & mains, 1 massage corps, 1 massage harmonie du ventre, 1 massage Pijat Kepala.

✓
Pensez à demander
un certificat de
non contre-indication
à votre oncologue

679 €

CURE DÉTENTE & AMPLITUDE

EXCLU !

Se libérer des tensions du stress quotidien, reconnecter le corps et l'esprit

Une cure unique conçue en collaboration avec Pablo Olabe, docteur en physiothérapie aquatique et fondateur de la méthode IPPO. Combine ainsi les bienfaits thérapeutiques de l'eau avec les effets de techniques de kinésithérapie exclusives, Water Dream et Aqua Elastic. Une nouvelle façon d'activer le mouvement global du corps, d'améliorer l'élasticité et de stimuler la coordination et l'équilibre physique.

3 séances individuelles de waterdream et ou d'aqua Elastic en bassin d'eau de mer chaude (45 min).

6 soins de thalassothérapie :

1 massage corps (25 min), 1 massage sous pluie marine (25 min), 1 enveloppement d'algues reminéralisantes (25 min), 1 enveloppement de boue marin (25 min), 2 bains hydromassant aux cristaux marins.



à partir de 799 €

CURE EXPERTE

Sur-mesure et rien que pour vous

Un programme de **15 à 20 soins** répartis sur **5 demi-journées**, adapté à votre profil suite à un questionnaire de santé établi par le docteur Marie PEREZ SISCAR*

Afin d'anticiper la bonne planification de votre programme (choix, durée et l'ordre des soins), **un questionnaire vous est adressé au moment de votre réservation.**

Ce questionnaire permettra au docteur Marie Perez Siscar de planifier votre cure en fonction de vos réponses. Si elle l'estime nécessaire, un entretien téléphonique vous sera également proposé. Cette cure exclusive permettra de **répondre au mieux à vos besoins et attentes et d'optimiser les bienfaits des soins** de Thalasso.

Quelle cure choisir quand on souffre à la fois d'insuffisance veineuse et d'arthrose ? La Cure Experte permet justement d'y répondre.

* 23 ans d'expérience en Thalasso, Présidente de France Thalasso (4 mandats consécutifs)
Pour les échanges confidentiels : docteur@cote-thalasso.fr



INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**

Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail

à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr



899 €

ANTI BURN-OUT

S'évader et se ressourcer

Échappez au stress quotidien et au surmenage grâce à cette cure conçue pour combattre les premiers signes de fatigue.

20 soins / 5 jours

• **20 soins ciblés :**

3 séances oxygénation en caisson hyperbare, 5 séances plénitude (lit de flottaison) avec séance audio de sophrologie, 3 massages suédois du dos à l'huile de magnésium marin, 2 massages sous pluie marine à l'huile de magnésium marin (25 min), 2 hydrojets (12 min), 3 enveloppements d'algues reminéralisantes, 2 bains hydromassants à l'huile magnésium marin.



789 €

JAMBES LÉGÈRES

Retrouver confort et dynamisme

Combattre en profondeur la sensation de jambes lourdes, l'aspect disgracieux de la cellulite et les problèmes circulatoires.

20 soins / 5 jours

• **15 soins ciblés :**

3 massages jambes légères, 3 soins de pressothérapie, 2 soins de frigithérapie, 2 hydromassages circulatoires sous-marins, 2 hydromassages sous pluie marine (25 min), 3 douches à jet circulatoires.

• **5 soins dynamiques marins collectifs :**

Gymnastique marine, jets sous marins et aquabike.



899 €

CURE DÉTOX

Silhouette et légèreté

Un programme de soins ciblés pour drainer, chasser les toxines et libérer l'organisme des cellules graisseuses.

15 soins / 5 jours

• 15 soins ciblés :

3 massages minceur express aux perles amincissantes, 2 douches à jet drainantes, 1 skintonic minceur, 1 vacuodermie, 2 sensolyses, 1 soin de pressothérapie, 3 enveloppements d'algues minceur, 2 hydrojets drainants (12 min).

• 5 soins dynamiques marins collectifs :

Gymnastique marine et jets sous-marins.



899 €

CURE BEAUTÉ

Retrouver son éclat

Cette cure combine un programme de thalassothérapie complet et des soins esthétiques visage et corps.

18 soins / 5 jours

• 18 soins ciblés

1 gommage corporel, 2 enveloppements poudrés au coton aux actifs marins, 1 beauté essentielle éclat Thalion, 2 séances d'oxygénation en caisson hyperbare, 1 massage détente du visage, 2 massages sous pluie marine, 2 enveloppements d'algues reminéralisantes, 3 massages corps, 1 massage Pijat Kepala, 3 bains hydromassants aux cristaux marins.



INFOS ET RÉSERVATIONS



Hébergement, renseignements et conseils, nos conseiller.e.s sont à votre écoute au **04 68 98 36 66**

Vous pouvez également nous contacter 7 jours sur 7 par mail

à l'adresse suivante : reservations@cote-thalasso.fr ou sur le site Internet www.cote-thalasso.fr



899 €

CURE TONIQUE

Relaxante et tonifiante

Une cure énergisante basée sur l'alternance de soins toniques et détente du corps.

20 soins / 5 jours

• **18 soins ciblés :**

1 gommage corporel, 1 soin beauté express du visage, 2 massages suédois du dos, 2 massages sous pluie marine (25 min), 1 massage pieds & mains, 1 massage Pijat Kepala, 5 bains hydromassants aux cristaux marins, 3 douches à jet, 2 enveloppements d'algues reminéralisantes.

• **2 soins dynamiques marins collectifs :**

Gymnastique marine et jets sous-marins.



499 €

CURE DÉCOUVERTE

Ma première thalasso

Une cure spécialement conçue pour découvrir les bienfaits de la thalasso, en alternant détente et moments de loisirs. Cette cure est également adaptée pour les plus jeunes (à partir de 12 ans).

10 soins / 5 jours

1 gommage corporel, 1 soin beauté express du visage, 1 massage du visage, 1 séance d'hydrojet (12 min), 1 massage sous pluie marine (25 min), 1 massage du corps, 2 enveloppements d'algues reminéralisantes, 2 bains hydromassants aux cristaux marins.



Découvrez NOS COFFRETS CADEAUX

Des formules pour tous les goûts et tous les budgets, dès 59€, disponibles toute l'année.
Réservation directement sur notre site internet www.cote-thalasso.fr ou en contactant notre service réservation par téléphone au **04 68 98 36 66** ou par mail à reservations@cote-thalasso.fr

COFFRET MASSAGE 59€

- Un massage de 25 minutes au choix
- Accès au Spa Marin

COFFRET DÉLICE 125€

- Un massage de 55 minutes au choix
- Un repas dans notre restaurant (entrée, plat, dessert)
- Accès au Spa Marin

COFFRET THALASSO 145€

- Un massage de 25 minutes au choix
- Deux soins thalasso de 25 minutes au choix
- Accès au Spa Marin

COFFRET ESTHÉTIQUE 165€

- Un soin esthétique du visage de 25 minutes au choix
- Un soin esthétique du corps de 25 minutes au choix
- Un massage de 25 minutes au choix
- Accès au Spa Marin

COFFRET GOURMAND 59€

- Un repas dans notre restaurant (entrée, plat, dessert)
- Accès au Spa Marin

COFFRET DÉTENTE 185€

- Un massage de 55 minutes au choix
- Un massage de 25 minutes au choix
- Un soin thalasso de 12 minutes au choix
- Accès au Spa Marin

COFFRET ESCAPADE 345€

Pour deux personnes :

- Une nuit en chambre standard en demi pension (déjeuner ou dîner au choix dans notre restaurant)
- Un massage de 25 minutes au choix
- Accès illimité au Spa Marin

COFFRET DUO 195€

- Un massage Suédois du dos de 25 minutes pour deux personnes
- Un repas pour deux dans notre restaurant (entrée, plat, dessert)
- Accès au Spa Marin

COFFRET DUO + 265€

- Un massage Californien de 55 minutes pour deux personnes
- Un repas par personne dans notre restaurant (entrée, plat, dessert)
- Accès au Spa Marin

COFFRET PLAISIR 85€

- Un massage de 25 minutes au choix
- Un repas dans notre restaurant (entrée, plat, dessert)
- Accès au Spa Marin

COFFRET LIBERTÉ à partir de 50€

- Choisissez le montant de votre carte cadeau à dépenser librement chez Côté Thalasso (de 50 à 400€)

Tous nos soins à la carte peuvent également être offerts
directement depuis notre site internet www.cote-thalasso.fr



NE MANQUEZ PAS NOS *bons plans*

EARLY BOOKING

Réservez au moins deux mois avant la date de début de séjour et profitez d'une remise de 20% sur les cures et escales hébergées.

OFFRE SOLO

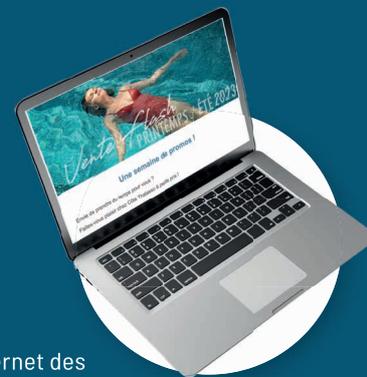
Le supplément en chambre individuelle est offert pour les cures hébergées de 6 nuits.

LAST MINUTE

Profitez d'une remise de 15% pour des départs à J-7 valable sur les Cures, Séjours liberté et les Escales.

ABONNEZ-VOUS À NOTRE NEWSLETTER

Tous les premiers mercredis du mois, découvrez sur notre site internet des offres exclusives valables une semaine seulement.



SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX !



Meilleurs tarifs garantis toute l'année sur notre site Internet www.cote-thalasso.fr

DÉCOUVREZ NOS OFFRES POUR *professionnels et groupes*



SÉMINAIRES . TEAM BUILDING

Nos salles modulables permettent de créer différents espaces afin d'accueillir vos équipes pour des échanges professionnels agréables. Lumineuse et spacieuse, notre grande salle peut accueillir jusqu'à 50 personnes. Un matériel de visioconférence performant est à votre disposition.



Des activités complémentaires peuvent être proposées selon vos besoins et contraintes. Cocktail dinatoire, pot d'accueil, brunch... Notre restaurant s'adapte à vos envies !

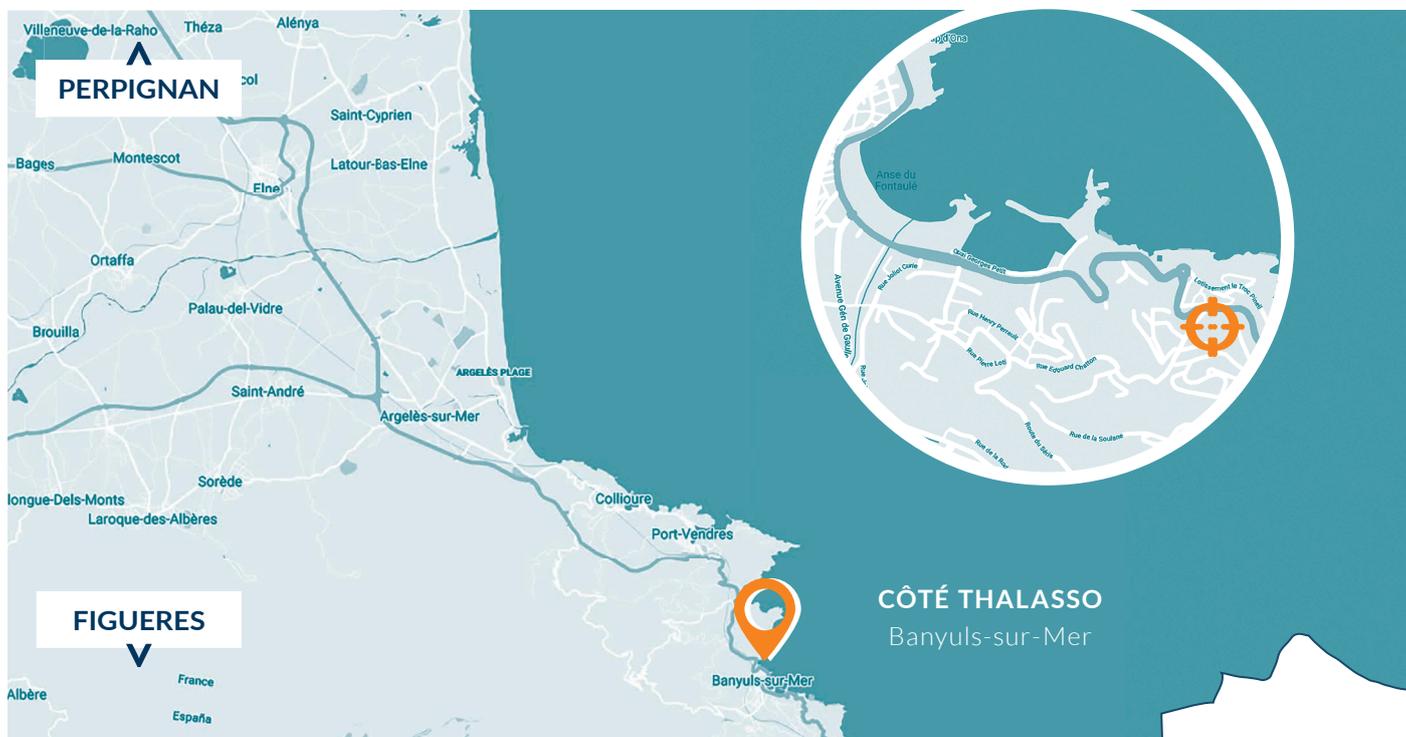


GROUPES . GIR . VOUCHER

Séjour groupé ou individuel, avec ou sans transport. Nous concevons ensemble une offre de séjour qui vous correspond à un tarif négocié !



Pour créer votre offre sur-mesure, contactez
Alice PENALBA - commerciale Groupes & Séminaires
Tel. 06 12 90 25 33 / servicecommercial@cote-thalasso.fr



LES INFOS PRATIQUES

VOTRE SÉJOUR

Les chambres sont disponibles à partir de 16h00. Afin que vous puissiez profiter dès votre arrivée du Spa Marin, nous mettons à votre disposition notre bagagerie, douches et vestiaires, ainsi que notre pack thalasso composé de sandalettes, serviette de bain et peignoir pour les adultes. Le jour de votre départ, nous vous remercions de bien vouloir libérer les chambres pour 12h00. Pour Monsieur, les shorts de bain sont interdits.

VOTRE PROGRAMME DE SOINS

Le programme de soins vous est remis à votre arrivée. Le planning des soins est spécialement adapté pour alterner loisirs, détente et profiter de notre environnement.

RESTAURATION

La demi-pension comprend le petit-déjeuner et 1 repas. Vous pouvez choisir entre le déjeuner et le dîner en prévenant le restaurant.

MINEURS

Les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte pour accéder au Spa Marin. Les bébés doivent porter des couches éanches.

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE ET ANNULATION

Les tarifs publiés dans ce document sont sous réserve de modifications en cours d'année. Notre site internet www.cote-thalasso.fr est régulièrement mis à jour et nous sommes à votre disposition pour vous renseigner au moment de votre réservation par téléphone. Le versement de 30% d'arrhes vous sera demandé pour valider votre réservation. Toute demande d'annulation doit faire l'objet d'un écrit (courrier, fax, email) jusqu'à J-7 (frais de dossiers : 10% du montant total de la réservation). Au-delà de cette date, l'intégralité des arrhes sera conservée par l'établissement. Vous avez également la possibilité de souscrire une garantie annulation. Pour cela n'hésitez pas à consulter notre service réservation. Retrouvez le détail de nos conditions générales de vente sur notre site internet : www.cote-thalasso.fr

Venir À BANYULS-SUR-MER

PAR LA ROUTE

Autoroute A9, sortie Perpignan Sud, direction Argelès-sur-Mer.

Nos coordonnées GPS :

Latitude : 42.478643 / Longitude : 3.140788

EN TRAIN

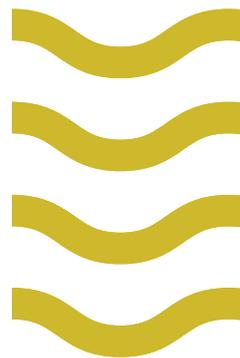
Trains TGV directs de Paris à la gare de Perpignan (40 km). Puis correspondance à Perpignan, jusqu'à Banyuls-sur-Mer (gare située à 2km de l'hôtel).

EN AVION

Aéroport de Perpignan-Rivesaltes situé à 50 km.

Pour les transferts en taxi ou toute demande particulière, n'hésitez pas à nous consulter au 04 68 98 36 66.

Création/mise en page : Mathilde Bastien - Atelier MB
Crédits photos : Côté Thalasso / Laurent Lacombe - Deniz Atlindas - Alan Caishan - Brooke Lark - Jesper aggergaard - Jeremy Bishop - Marissa Rodriguez - Bonnie Kittle - Bailey Mahon - Adobe Stock - Fotolia.com - Unsplash - IStock - 123 rf



CÔTÉ THALASSO BANYULS-SUR-MER

Route de Cerbère, 66650 Banyuls-sur-Mer,
04 68 98 36 66 | reservations@cote-thalasso.fr | www.cote-thalasso.fr

