2022

Thalassothérapie ▪ Hôtel & Spa

« la méta**morphose** »

Entièrement rénové en 20**20**/20**21**

L'ART DE PRENDRE SOIN DE VOUS

Saint-Jean-de-Luz

LE BIEN-ÊTRE EN OSMOSE AVEC L'OCÉAN

thalazur

Thalassothérapie ▪ Hôtel & Spa

sommaire

4 Pourquoi choisir Thalazur ?

6 Les bienfaits de la thalassothérapie

7 ThalassoThérapies Minérales

8 Cures de thalassothérapie

26 Escales 3 jours

30 Week-ends & courts séjours

34 Descriptif des soins

36 Espace marin & détente

38 Espace hydrothérapie

39 Spa marin & beauté

40 Hôtel Hélianthal****

44 Restaurant & Bar lounge l'Atlantique

46 Bar à tapas & gourmandises Erdiko

48 Le Pays basque un cocktail d'émotions

54 Les conseils éclairés pour un séjour zen

56 Tarifs 2022

Cure Épigénétique by thalazur

RETROUVEZ EN **PAGE 14**
notre nouveauté 2022
« santé globale »

LE BIEN-ÊTRE EN OSMOSE AVEC L'OCÉAN

thalazur

Thalassothérapie ▪ Hôtel & Spa

L'ART DE PRENDRE SOIN DE VOUS

9 destinations d'exception réparties sur 3 littoraux français

20 ans d'expertise marine

Acteur majeur de la Thalassothérapie en France

Une expertise et un savoir-faire reconnus grâce au développement, depuis 20 ans, de protocoles de cures innovants, spécifiques et efficaces.

La garantie de capitaliser sur des bienfaits marins de qualité

Eau puisée en veillant à la sécurité et au respect de l'environnement, sélection des algues et boues, équipements de haute technologie, Thalazur met tout en œuvre pour garantir à votre corps les apports en sels minéraux et oligoéléments dont il a besoin.

L'univers Spa marin Thalazur, la promesse d'une évasion sensorielle bien-être et beauté

Dans une atmosphère zen et chaleureuse, notre expertise marine se décline dans nos rituels de soins Spa authentiques et personnalisés délivrés avec une cosmétique de pointe.

Une expérience unique à la hauteur de votre exigence

Espaces d'hydrothérapie et spa, bassins multifonctions, prestations hôtelières 4 ou 5 étoiles, restauration créative : chaque destination est un ensemble cohérent de prestations et services de qualité pour votre bien-être.

Une marque et des équipes pour rendre votre séjour inoubliable de la réservation à votre départ !

Des équipes attentives et performantes

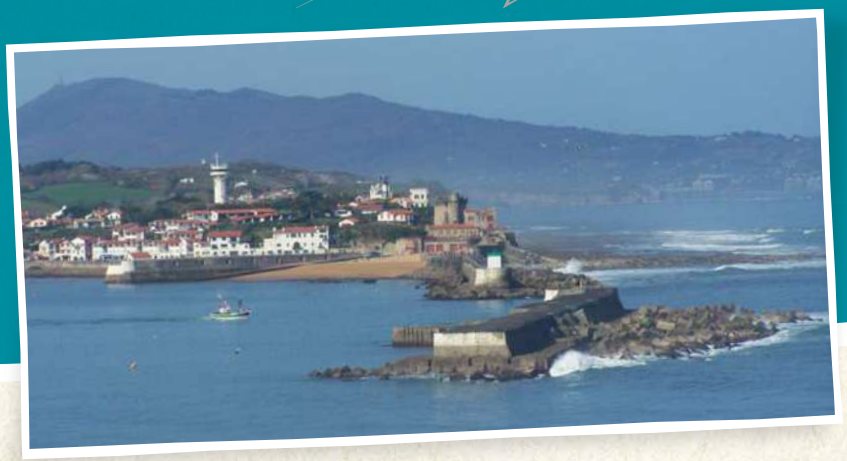
Votre satisfaction est au cœur de notre métier, avant, pendant et après votre séjour. C'est pourquoi nous accompagnons nos équipes avec des programmes de formation rigoureux et novateurs, leur permettant d'être à l'écoute et de s'adapter à vos besoins.

Une restauration responsable et savoureuse

Autour du concept des «5S», les chefs s'engagent à vous offrir des produits de Saison, cuisinés Sainement avec Simplicité, remplis de Saveurs dans des Situations géographiques exceptionnelles.

Le meilleur prix et service garantis

Disponibles 7j/7, nos experts vous conseillent et vous adressent votre devis ou réservation au meilleur prix garanti en vous faisant bénéficier des bons plans et offres spéciales selon les thématiques du moment.



Pourquoi
venir à Saint-Jean-de-Luz ?

La thalasso les pieds dans l'eau, entièrement rénovée en 2021 !

Un dépaysement total à 1h de Paris*

Une métamorphose exceptionnelle

Après plus d'un an de travaux, l'institut de thalassothérapie Thalazur et l'hôtel & spa Hélianthal****deviennent une destination unique où tout a été pensé pour faire de votre séjour une expérience bien-être en lien direct avec l'océan.

Jeux de contrastes entre élégance de l'écriture années 30 et douceur d'un design contemporain.

Jeux de matières entre pureté des marbres et authenticité des matières naturelles, brutes à l'inspiration végétale.

Une ambiance douce mêlant avec subtilité codes balnéaires des années 30, codes basques et échos à la nature.

Un site au panorama chic et vivant avec pour seul horizon, l'océan

Intimement lié à l'Atlantique, notre institut de thalassothérapie est la synergie unique des vertus de l'eau de mer, des boues et algues marines, de l'expérience reconnue des équipes et d'un emplacement exceptionnel avec accès direct à la plage.

Une convivialité de chaque instant, pour un séjour détendu

Grâce au professionnalisme et à la présence bienveillante du personnel, Thalazur Saint-Jean-de-Luz est un institut de thalassothérapie convivial où l'on se sent très vite chez soi.

L'expertise de Thalazur Saint-Jean-de-Luz

Nouveauté 2022 : Cure Immersion yoga & thalasso

Avec cette cure qui allie les bienfaits marins aux bénéfices physique et mental de la pratique du yoga, faites un pas, abandonnez-vous et reliez l'équilibre de votre corps avec la détente de votre esprit. Reconnectez-vous et rechargez votre énergie (voir page 16)..

*Vol direct quotidien Paris-Biarritz, navette gratuite sur réservation soumise à conditions.

Les **bienfaits** marins

Pourquoi la thalassothérapie vous fait du bien ? **Le savez-vous ?**

Une fois entrée dans l'âge adulte, notre réserve d'oligoéléments et de sels minéraux vient à diminuer, et le temps qui passe entraîne inexorablement un vieillissement cellulaire…

La bonne nouvelle, c'est que la thalassothérapie va vous aider à retarder tous ces effets que le temps inflige grâce à **3 éléments indissociables qui vont renforcer votre barrière immunitaire :**

- **L'eau de mer**, l'élément préféré de votre corps.

  Notre corps est constitué de plus de 70% d'eau… de mer !
  Notre plasma sanguin est pratiquement de la même composition que l'eau de mer. Ainsi, dès qu'elle est chauffée, notre corps va y puiser les oligoéléments et les sels minéraux dont il est en carence : c'est **l'effet d'osmose**.

- **Les sédiments marins**, une bonne raison de vous rouler dans les algues et la boue…

  Ces éléments que sont les algues et les boues sont très riches en matières organiques et minérales. Les enveloppements sont les soins les plus régénérateurs, les plus reminéralisants. Ils procurent notamment du bien-être et de la détente sur les articulations...

- **Le climat marin**, la thalassothérapie toujours au bord de la mer.

  Grâce au mouvement de la mer et des océans, l'air marin est chargé d'ions négatifs et d'iode qui forment une véritable recharge énergétique pour parfaire votre cure et lutter contre le vieillissement cellulaire. Alors un seul conseil : oxygénez-vous au maximum en profitant de longues promenades sur le littoral.

Les soins d'hydrothérapie, combinés avec une bonne hygiène alimentaire et une activité physique régulière agissent sur le stress et sont bénéfiques pour votre santé.
Les bienfaits reconnus de la thalassothérapie permettent de recharger votre organisme et vous apportent bien-être et vitalité tout au long de l'année.

Cure Épigénétique by thalazur

RETROUVEZ EN PAGE 14
notre nouveauté 2022 « santé globale ».

ThalassoThérapies
Minérales
la recharge marine by thalazur

Le pouvoir des minéraux marins au service **de votre santé**

La mer a ce **formidable pouvoir** de posséder pratiquement la totalité des minéraux dont notre organisme a besoin.

Certains de ces minéraux sont **essentiels pour notre équilibre vital**.

Thalazur a choisi de privilégier trois d'entre eux dont nous pouvons être fréquemment en carence :

Le Magnésium indiqué dans les troubles liés à l'anxiété, au stress, à la fatigue, à l'irritabilité, au sommeil difficile…

Le Calcium pour prendre soin de ses articulations, de la qualité de sa peau, est indiqué dans les cures anti-âge.

Le Potassium anti-fatigue, pour favoriser une détente musculaire et détoxifier le corps. Ce minéral est recommandé pour les sportifs.

Pour optimiser votre recharge naturelle de ces minéraux, Thalazur a développé trois produits : gommages, concentrés* et enveloppements d'algues.

Au fil des pages, vous découvrirez les cures de 6 jours enrichies de nos Thalassothérapies Minérales et ce grâce au pictogramme correspondant.

* En vente dans notre boutique.

Des résultats **démontrés :**

100 %

des curistes recommanderaient ces cures à leur entourage.**

** Etudes réalisées à Royan et Antibes sur 32 curistes pour le magnésium, 29 curistes pour le calcium et 27 curistes pour le potassium.

Mg^{2+} MAGNÉSIUM

Antistress – Etat de fatigue

Ca^{2+} CALCIUM

Anti-âge – Souplesse des articulations – Qualité de la peau

K^{+} POTASSIUM

Récupération musculaire et diminution des douleurs après une activité physique – Amélioration de la capacité pulmonaire

Pour l'ensemble de nos cures, **accès illimité** au parcours marin, au sauna, au hammam, à l'espace fitness et aux cours de gym et d'aquagym.

Le bonnet de bain et les sandales sont offerts.

LES CURES DE THALASSO THÉRAPIE

LES CURES Essentielles

Grands classiques de la thalassothérapie, ces cures vous apportent un concentré de bienfaits marins. Idéales pour vous reminéraliser, vous décontracter et vous dynamiser.

LES CURES Inoubliables

Véritables voyages au cœur du bien-être, subtiles alliances de soins de thalassothérapie et de soins Spa, ces cures vous font vivre une expérience mémorable. Ressourcez votre corps et votre esprit en toute liberté.

LES CURES Experts

Pour répondre à vos besoins, nos praticiens ont conçu des protocoles de soins combinant tous leurs savoir-faire. Des cures spécifiques pour des réponses adaptées, efficaces et personnalisées.

Vitalité marine

Rituel de 24 soins, dont **6 collectifs**, sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix

Soins «reminéralisants»

- 3 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 6 bains hydromassants reminéralisants
- 1 douche océane ou circulatoire
- 1 douche à jet

Soins «relaxants»

- 3 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 4 hydrojets

Soins «vitalité»

- 3 séances de jet sous-marin
- 3 séances de stretching marin

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. **Voir descriptif des soins page 34.**

** En supplément, sur rendez-vous.

Faîtes-vous plaisir…

Offrez-vous un gommage du corps en début de séjour afin de renforcer les bienfaits de vos soins.**

Thalazur

Rituel de 24 soins dont **6 modelages**, sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants»

- 4 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 2 hydromodelages marins
- 6 bains hydromassants reminéralisants
- 1 douche océane ou circulatoire
- 1 douche à jet

Soins «relaxants»

- 3 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 modelages détente aux huiles précieuses (25')
- 3 hydrojets

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

2 conseils pour une cure réussie :

1 – Marcher régulièrement en bord de mer, c'est aussi une façon de préserver son capital santé grâce à l'iode et aux ions négatifs que vous respirez.

2 – Se reposer : prendre le temps de se relaxer dans la salle de repos.

100% DE SOINS INDIVIDUELS

Tradition marine

Conservez toute votre vitalité grâce à l'effet des boues marines, aux vertus antalgiques et anti-inflammatoires (articulations douloureuses, arthrose) et reminéralisantes.
Les oligoéléments sont également absorbés par la peau et viennent rééquilibrer l'organisme.

PRÉSERVEZ VOTRE CAPITAL SANTÉ

Rituel de 24 soins sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants»

- 6 applications de boues marines oligo-actives
- 3 hydromodelages marins
- 3 bains hydromassants reminéralisants
- 1 douche océane ou circulatoire
- 1 douche à jet

Soins «relaxants»

- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 modelage détente aux huiles précieuses (25')
- 6 hydrojets

Expertise Thalazur

Avant vos soins, 5 à 10 minutes au hammam permettront à votre corps de mieux absorber les oligoéléments et minéraux de l'eau de mer et des algues.

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

2 conseils pour une cure réussie :

1 – Des fontaines à eau et tisanes Bio sont à votre disposition pendant les soins car le corps se déshydrate rapidement en thalasso et il est important de boire chaque jour entre les soins.

2 – L'activité physique est essentielle pour la santé. Pendant votre cure, pensez au cours d'aquagym en libre accès, et à la salle de cardio-training à votre disposition. Les horaires des cours sont disponibles à l'accueil.

LA CURE HÉLIANTHAL SE DÉCLINE AU FÉMININ COMME AU MASCULIN.

Hélianthal Femme ou Homme

Cette cure combine à merveille douceur et efficacité, en s'accompagnant de soins toniques, ressourçants et relaxants.

Rituel de 24 soins sur 6 jours* **Cette cure débute le jour de votre choix**

Soins «Hélianthal»

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 modelage détente aux huiles précieuses (25')
- 2 enveloppements d'algues aux parfums d'ailleurs
- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 2 applications d'algues thermosudation au fucus
- 2 hydromodelages marins
- 3 bains hydromassants précieux au miel et karité ou reminéralisants
- 1 douche océane
- 1 douche à jet
- 2 hydrojets
- 1 hydrojet Expert «décontraction haut du dos & cervicales»

5 soins «Femme»

- 1 soin du visage Révélation marine by Thalgo (1h15)
- 1 modelage Mahana relaxant by Thalgo (25')
- 1 modelage Performance jambes légères by Payot (25')
- 2 palper-rouler «watermass» sous fine pluie d'eau de mer (15')

5 soins «Homme»

- 1 soin du visage «Thalgomen» à l'algue bleue vitale by Thalgo (1h15)
- 1 modelage dos Belharra by Payot (25')
- 1 cryothérapie corps entier
- 2 séances d'aquabiking en piscine d'eau de mer (25')

Expertise Thalazur

Découvrez le modelage Signature Uhaina à l'algue rouge. Un moment rythmé aussi doux que puissant.**

Consultation médicale offerte le lundi

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

**En supplément, sur rendez-vous.

Cure Épigénétique by thalazur

Devenez acteur de votre santé

Grâce aux dernières découvertes de la science, nous sommes en mesure de dire pourquoi et comment **vous avez le pouvoir sur votre santé**.

L'épigénétique, qui signifie au-delà de la génétique, est une nouvelle science qui vous donne **les clefs pour améliorer votre santé globale**. Elle bouleverse l'approche de la **prévention santé** et vous éclaire sur votre propre capacité à exprimer au mieux votre héritage génétique.

L'épigénétique identifie **cinq grands piliers** constituant l'environnement propice à une meilleure santé. C'est sur la base d'une **alimentation équilibrée**, d'une **activité physique adaptée**, d'une meilleure **gestion du stress**, le tout en entretenant **un réseau social et affectif** convivial où **le plaisir** est omniprésent que **vous deviendrez acteur de votre santé**.

En fonction de cet environnement nos gènes sont actifs ou en sommeil. **Ces 5 grands piliers sont fondamentalement ancrés dans nos instituts de thalassothérapie**.

Thalazur vous invite à réaliser une cure où ces 5 piliers sont idéalement dosés. Par la suite, le but est de vous aider à faire perdurer au quotidien ce subtil équilibre.

Votre santé globale est notre priorité. Vous avez le pouvoir de lui donner une nouvelle orientation.

> ***« Les travaux sur l'épigénétique changent la façon de concevoir notre santé. Nous avons désormais les moyens d'agir sur nos prédispositions génétiques. »***
>
> **Dr Didier Chos**, président fondateur de l'Institut européen de diététique et micronutrition (IEDM).

> ***« L'eau de mer possède une composition proche de notre milieu intérieur. Notre matériel génétique vit et évolue dans ce milieu marin. Les 5 piliers de l'épigénétique sont au cœur de notre métier. Nous nous sentons légitimes pour accompagner cette révolution de santé préventive. »***
>
> **Serge Fourcade**,
> directeur qualité Thalazur.

Consultation médicale offerte le lundi.

Cinq piliers :

- Plaisir de vivre
- Alimentation raisonnée
- Activité physique adaptée
- Réseau social bienveillant
- Gestion du stress

Nouveauté 2022

24 soins & des moments forts sous la forme d'ateliers ou de rendez-vous conviviaux*

Cette cure s'effectue du lundi au samedi

Lundi

Rendez-vous et prise de contact «Comment profiter de l'épigénétique en thalassothérapie»

- **1 gommage pour préparer le corps aux soins**
- **1 hydrojet**
- **1 enveloppement coton & aloe vera**
- *Entretien individuel de sophrologie (30')*
- **1 séance de sophrologie en groupe** (1h30)

Mardi

- **1 bain hydromassant enrichi au magnésium**
- **1 modelage Mahana by Thalgo** (25')
- **1 séance de sophrologie en groupe** (1h30)
- **1 rendez-vous « conseil alimentaire » avec la diététicienne**
- **1 séance de stretching marin ou d'aquabiking** (25')
- *Pause détox après l'activité*

Mercredi

- **1 marche pleine conscience face à l'océan** (1h)
- **1 hydromodelage marin**
- **1 Signature basque Uhaïna à l'algue rouge** (50')
- **1 soin visage à l'algue rouge by Thalgo** (30')
- *Pause détox après l'activité*

Jeudi

- **1 séance d'ostéopathie aquatique** (40')
- **1 enveloppement d'algues enrichi au magnésium**
- **1 bain hydromassant enrichi au magnésium**
- **1 modelage énergisant au cristal de roche by Thalgo** (25')

Vendredi

- *Visite du marché pour une découverte des produits locaux*
- *Atelier partage et échange pour une « dégustation gourmande » avec la diététicienne*
- **1 hydrojet**
- **1 modelage dos Belharra by Payot** (25')
- **1 séance de sophrologie en groupe** (1h30)

Samedi

- **1 enveloppement coton & aloe vera**
- **1 bain hydromassant enrichi au magnésium**
- **1 douche océane**
- **1 séance de iyashi dôme** (30')

Sans oublier le libre accès aux activités sportives de l'établissement.

Mise en valeur d'une alimentation épigénétique faisant la part belle aux principes du régime méditerranéen tout en respectant le concept des « 5S » de la restauration Thalazur :
des produits de Saison remplis de Saveurs, issus de Situations géographiques exceptionnelles, cuisinés Sainement avec Simplicité.

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Les soins d'une même catégorie peuvent être modifiés de jour. **Voir descriptif des soins page 34.**

Exclusivité Thalazur Saint-Jean-de-Luz

Immersion yoga & thalasso

Nouveauté 2022

Nos vies sont bouillonnantes, nos corps et nos esprits constamment sollicités, le besoin de retrouver un équilibre devient primordial. Le yoga se révèle un atout incontournable et évident pour répondre à ce besoin.

Cette pratique ancestrale, accessible à tous, est souvent réduite à une gym douce. Cela va bien au-delà. Le maintien des postures, l'attention à la respiration, les appuis que l'on redécouvre, les articulations qui se libèrent vont vous permettre de retrouver la pleine conscience de votre corps, de son fonctionnement et vont vous ancrer dans le moment présent. Vous bénéficierez d'une recharge minérale en plus du bénéfice physique et mental que procure le yoga.

Cette activité sportive vous ouvre une nouvelle perspective pour améliorer le quotidien et aborder une nouvelle philosophe de vie.

LA THALASSOTHÉRAPIE ET LE YOGA SONT UN DUO PARFAIT POUR PRENDRE SOIN DE SOI !

Rituel de 26 soins et activités, sur 6 jours*

Les soins de cette cure sont planifiés les matins et après-midi du lundi au samedi uniquement.

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants»

- 1 bain hydromassant aux gelés d'algues
- 2 bains hydromassants reminéralisants aux cristaux irisés
- 1 bain hydromassant précieux au miel et au karité
- 1 douche à jet
- 1 douche circulatoire
- 1 douche océane
- 1 hydromodelage marin
- 1 enveloppement d'algues thermosudation aux fucus
- 1 enveloppement Sublime détente à la poudre de coton
- 1 enveloppement d'algues reminéralisantes enrichi au magnésium
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 palper rouler «watermass» sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 hydrojet

Soins «relaxants»

- 1 modelage Détente aux huiles précieuses (25')
- 2 séances de Iyashi dôme (30')
- 1 modelage ayurvédique Marma by Thalgo (50')
- 1 modelage signature Uhaina (50')
- 1 soin visage Gym Beauté® by Payot (30')
- 1 modelage Abhyanga (50')

Soins «Experts»

- 1 séance de yin yoga (1h15)
  Le yin yoga est grandement influencé par les philosophies asiatiques, le Taoïsme et la médecine traditionnelle chinoise. Cela étant, la médecine conventionnelle comme nous la connaissons en France reconnaît l'importance cruciale d'activités telles que le yin, qui lient physique et psychique. En yin, on tentera de prendre conscience des méridiens du corps. Chaque méridien est associé à différents organes ou différentes zones du corps pour mieux y faire circuler l'énergie, le chi. Celui-ci circule dans notre corps à travers les méridiens qui, s'ils sont bien irrigués, sont garants de notre équilibre physique et moral.
- 1 séance de hatha yoga flow (1h15)
  Le hatha yoga est un enchaînement de postures (asanas en sanskrit) très simples ou plus compliquées. C'est une discipline qui s'adresse à tout le monde. Contrairement à un enchaînement de gymnastique, les postures doivent être maintenues suffisamment longtemps : environ trois minutes par posture.
- 1 séance de yoga vinyasa (1h15)
  Constituée de séries non figées. Le terme «vinyasa» vient du Sanskrit «Nyasa» qui signifie «placer». On comprend alors qu'il s'agit de placer le mouvement dans la respiration et donc de créer de cette manière du dynamisme. Tout repose sur l'enchaînement régulier des postures choisies par les yogis. Sans discontinuer, les poses et contre-poses sont réalisées tout au long de la séance. L'intérêt consiste à travailler un côté du corps puis de réaliser la même chose de l'autre. Toutes les postures sont rythmées en parallèle par une respiration précise. Le souffle et le mouvement sont intimement liés, provoquant ainsi l'augmentation de la température corporelle.
- Marche «pleine conscience» sur la plage.

Expertise Thalazur

En complément des séances de yoga imposés dans ce programme, le curiste a la possibilité de participer tout au long de sa semaine à des séances de yoga dispensées par nos experts de la forme.

Consultation médicale offerte le lundi.

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 34.

Bien-être du dos

Consacrée au traitement, mais aussi à la prévention du mal de dos, cette cure associe prise en charge thérapeutique et bienfaits naturels des soins de thalassothérapie, pour retrouver mobilité et souplesse.

Rituel de 27 soins sur 6 jours*

Cette cure s'effectue du dimanche au vendredi ou du lundi au samedi.

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants / relaxants»

- 3 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 2 applications de boues marines
- 2 hydromodelages marins
- 2 bains hydromassants reminéralisants
- 2 douches océanes
- 2 hydrojets
- 1 hydrojet Expert «décontraction haut du dos & cervicales»

Soins «Experts»

- 4 modelages détente expert du dos (25')
- 2 consultations d'ostéopathie (25')
- 1 atelier «Expert du dos» (45') : postures et équilibre en salle de fitness
- 4 ateliers «Expert du dos» (45') : en piscine d'eau de mer chauffée
- 1 séance de cryothérapie corps entier

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

L'EXPERTISE MARINE ALLIÉE À L'OSTÉOPATHIE

Expertise Thalazur

Profitez de votre séjour pour découvrir le Pilates, en accès libre et rééquilibrez ainsi votre corps.

Consultation médicale offerte le lundi.

Anti-âge

Cette cure s'adresse aux personnes soucieuses de préserver et d'optimiser leur «capital jeunesse» au fil du temps.

Rituel de 24 soins sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix.

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants / relaxants»

- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes enrichis au calcium
- 2 hydromodelages marins
- 3 bains hydromassants enrichis au calcium
- 2 douches océanes
- 3 hydrojets

Soins «Experts»

- 2 enveloppements d'algues au coton et à l'aloe vera
- 3 séances de iyashi dôme (30')
- 1 soin visage anti-âge by Payot (1h15) suivant les conseils de votre esthéticienne
- 1 soin visage «Signature» by Thalgo hydratant anti-âge à l'algue rouge (30')
- 1 soin anti-âge iBeauty by Thalgo (45')
- 1 modelage Californien (50')

L'EXCELLENCE DE L'ANTI-ÂGE EN THALASSOTHÉRAPIE

ThalassoThérapies Minérales
la recharge marine by thalazur

Ca2+ CALCIUM

Voir les bienfaits du calcium en page 7

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.
**En vente dans notre boutique.

Expertise Thalazur

Prolongez les bienfaits de cette cure, en découvrant les gammes anti-âge Thalgo et Payot disponibles à l'Espace Beauté**.

Consultation médicale offerte le lundi.

Jambes légères

15 SOINS D'EXPERTS

Cette cure s'adresse aux personnes qui souffrent de jambes lourdes. L'efficacité de ce programme s'appuie sur une alternance de soins drainants et circulatoires.

Rituel de 24 soins sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants / relaxants»

- 3 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 3 hydrojets

Soins « Experts »

- 3 modelages détente aux huiles précieuses (25')
- 2 soins Performance jambes légères by Payot (25')
- 3 bains hydromassants à la gelée d'algues circulatoire
- 3 applications d'algues froides
- 2 applications cryothérapie jambes
- 1 douche océane
- 1 douche circulatoire

Expertise Thalazur

Profitez d'une promenade les pieds dans l'eau et stimulez ainsi la circulation de vos jambes qui n'en seront que plus légères.

Prolongez chez vous les bienfaits de votre cure grâce au gel jambes fraîcheur de la gamme de cosmétique marine Thalazur.**

Consultation médicale offerte le lundi.

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

**En vente dans notre boutique.

2 conseils pour une cure réussie :

1 – Des fontaines à eau et tisanes Bio sont à votre disposition pendant les soins car le corps se déshydrate rapidement en thalasso et il est important de boire chaque jour entre les soins.

2 – Complétez les bienfaits de cette cure avec les compléments nutritionnels Thalgo (en vente à la boutique).

Silhouette & nutrition

C'est en associant les vertus des soins d'eau de mer à une hygiène et à un équilibre alimentaire, bases de l'amincissement, que vous pourrez retrouver un corps ferme et tonique. La cure idéale pour enclencher une perte de poids.

Rituel de 24 soins sur 6 jours*

Cette cure s'effectue du lundi au samedi en pension complète minceur.

- Consultation diététique (1h)
- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants / relaxants»

- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 hydromodelages marins
- 1 hydrojet

Soins «Minceur»

- 3 séances de iyashi dôme (30')
- 2 modelages minceur (25')
- 2 palper-rouler «watermass» sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 soin Body Sculpt by Thalgo (45')

Soins «Silhouette»

- 2 enveloppements raffermissants à la spiruline
- 2 applications d'algues thermosudation au fucus
- 2 bains hydromassants à la gelée d'algues amincissante
- 1 douche à jet
- 1 douche océane
- 2 séances d'aquabiking en piscine d'eau de mer

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

Expertise Thalazur

L'activité physique est essentielle pour la santé. Pendant votre cure, pensez aux cours d'aquagym ou de fitness en libre accès et à la salle de cardio-training à votre disposition.

Les horaires des cours sont disponibles à l'accueil.

Consultation médicale offerte le lundi.

Modelages du monde

Un véritable tour du monde des techniques de modelages ancestrales qui procure l'apaisement du corps et de l'esprit. En complément de vos soins d'hydrothérapie, vous bénéficiez d'un grand modelage chaque jour : relaxer, dynamiser, détoxiner, relancer l'énergie, un cocktail unique de soins pour retrouver un corps léger soulagé de toute tension.

Rituel de 24 soins sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix

- 1 gommage pour préparer le corps aux soins

Soins «reminéralisants»

- 3 enveloppements «Sublime détente» d'algues aux parfums d'ailleurs effectués sur un lit flottant et hydromassant
- 3 hydromodelages marins
- 1 douche océane ou circulatoire
- 1 douche à jet

Soins «toniques»

- 1 modelage Balinais (50')
- 1 modelage Signature Uhaïna à l'algue rouge (50')

Soins «relaxants»

- 4 bains hydromassants précieux au miel et karité
- 3 hydrojets
- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 modelage Abhyanga (50')
- 1 modelage Californien (50')
- 1 modelage Merveille Arctique by Thalgo (25')
- 1 modelage Mahana relaxant by Thalgo (25')

Expertise Thalazur

Nos esthéticiennes sont également à votre disposition pour concrétiser vos envies détente et beauté.

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

VOYAGEZ AU CŒUR DU BIEN-ÊTRE

Liberté suprême

Choisissez 20 soins sur 6 jours*

Cette cure débute le jour de votre choix.

Dans une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre plaisir, composez une cure à la couleur de vos envies.

Nous restons à votre écoute pour vous orienter dans vos choix.

Afin de vous garantir le meilleur planning, nous vous demandons de nous communiquer vos choix de soins lors de la réservation.

*Sous réserve de contre-indication médicale.
Programmez vos ½ journées de soins (matin, après-midi ou en alternance dans la mesure de disponibilité de nos plannings).
Voir descriptif des soins page 34.

les essentiels

Choisissez 11 soins essentiels.

L'eau de mer et les algues contiennent la quasi-totalité des sels minéraux et oligoéléments dont notre corps a besoin pour se construire et se régénérer.

Bains hydromassants

- ❑ reminéralisant
- ❑ précieux au miel et karité
- ❑ à la gelé d'algues circulatoire
- ❑ à la gelé d'algues amincissante

Applications

- ❑ d'algues thermosudation au fucus
- ❑ d'algues froides
- ❑ cryothérapie jambes
- ❑ boues marines

Enveloppements d'algues

- ❑ reminéralisantes

«Sublime détente» effectués sur un lit flottant et hydromassant

- ❑ aux 3 thés
- ❑ à la pulpe de coco
- ❑ au coton & aloe vera

Autres soins

- ❑ douche à jet
- ❑ douche océane
- ❑ douche circulatoire
- ❑ hydromodelage marin
- ❑ hydrojet
- ❑ aquabiking
- ❑ jet sous-marin
- ❑ stretching marin

les experts

Choisissez 1 soin expert

Profitez de l'expertise Thalazur Saint-Jean-de-Luz

- ❑ cryothérapie corps entier
- ❑ iyashi dôme
- ❑ consultation diététique (1h)
- ❑ palper-rouler «watermass» sous fine pluie marine (15')

les indispensables

Choisissez 3 soins indispensables.

Un choix de soins indispensables pour une cure réussie

1 gommage du corps sous fine pluie d'eau de mer (15')

- ❑ Cuivré aux huiles et sels de la mer Morte
- ❑ aux trois thés
- ❑ aux agrumes
- ❑ marin aux huiles et pétales de fleur

2 modelages

- ❑ sous fine pluie d'eau de mer (15')
- ❑ détente aux huiles précieuses (25')
- ❑ Mahana relaxant by Thalgo (25')
- ❑ Harmonie corporelle by Payot (25')
- ❑ Merveille Arctique by Thalgo (25')
- ❑ Performance jambes légères by Payot (25')
- ❑ Modelage dos Belharra by Payot (25')

les inoubliables

Choisissez 5 soins inoubliables.

Une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre bien-être.

3 modelages du monde (50')

- ❑ Abhyanga
- ❑ Balinais
- ❑ Californien
- ❑ Signature basque Uhaïna à l'algue rouge
- ❑ aux pierres chaudes

2 soins esthétiques

- ❑ La Fraîcheur by Payot (1h15)
- ❑ soin pour homme «ThalgoMen» à l'algue bleue vitale (1h15)
- ❑ Mise en beauté des mains (45')
- ❑ Mise en beauté des pieds (45')

Pour l'ensemble de
nos escales, **accès illimité**
au parcours marin, au sauna,
au hammam, à l'espace
fitness et aux cours de gym
et d'aquagym.

ESCALES

3 JOURS

MINI SÉJOUR DE

Thalassothérapie

Parce que trois jours en thalassothérapie permettent déjà de se faire du bien et de se déconnecter, Thalazur propose une douce évasion à travers différentes Escales. Nous avons puisé le meilleur de nos cures 6 jours pour vous proposer pendant 3 jours, un éventail de soins personnalisés à la couleur de vos envies. Expertise et bien-être sont les maîtres-mots de ces parenthèses en bord de mer.

Escale Immunité marine

Nouveauté 2022

9 SOINS QUI FONT LA PART BELLE À NOTRE EXPERTISE : LA THALASSOTHÉRAPIE

Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours*

Grâce à la combinaison de 3 éléments indissociables, l'eau de mer, les sédiments marins et le climat marin, la barrière immunitaire va être renforcée !

JOUR 1 : DÉTOXIFIER

- 1 séance de Iyashi dôme (30')
- 1 gommage du corps enrichi au magnésium
- 1 douche à jet

JOUR 2 : REMINÉRALISER

- 1 enveloppement d'algues enrichi au magnésium
- 1 hydromodelage marin
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer enrichi au magnésium (25')

JOUR 3 : RELAXER

- 1 bain hydromassant enrichi au magnésium
- 1 enveloppement d'algues enrichi au magnésium
- 1 soin du visage hydratant anti-âge à l'algue rouge by Thalgo (30')

LE PLUS de l'escale

- **Une boite de complément alimentaire, L'Océane by Thalgo est offerte en début de séjour.**

Agissant sur le surmenage, la perte d'énergie, le manque de vitalité, ce plasma marin 100% naturel, apporte à l'organisme toute l'énergie de la mer.

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 34.

AU CŒUR DE CE SÉJOUR DÉTENTE, RETROUVEZ L'APAISEMENT, LIBÉREZ VOS TENSIONS ET PROFITEZ D'UN INSTANT COCOONING.

Exclusivité Thalazur Saint-Jean-de-Luz

Escale Sublime détente zen

Une douce évasion entre modelages et repos

Rituel de 12 soins individuels sur 3 jours*

- 1 gommage du corps
- 1 modelage Signature Uhaïna à l'algue rouge (50')
- 1 modelage Californien (50')
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 2 bains hydromassants reminéralisants
- 1 hydromodelage marin
- 1 douche océane
- 2 hydrojets

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. **Voir descriptif des soins page 34.**

Escale Silhouette

RETROUVER UN CORPS FERME ET TONIQUE GRÂCE À LA COMBINAISON DES SOINS MINCEUR ET DES BIENFAITS DE L'EAU DE MER.

Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours*

- 1 gommage du corps
- 2 modelages minceur (25')
- 2 palper-rouler «watermass» sous fine pluie marine (15')
- 2 applications d'algues thermosudation au fucus
- 1 bain hydromassant à la gelée d'algues amincissante
- 1 séance d'aquabiking en piscine d'eau de mer (25')

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Voir descriptif des soins page 38.

Escale Liberté suprême

Choisissez 9 soins sur 3 jours*

Dans une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre plaisir, composez une escale à la couleur de vos envies. Nous restons à votre écoute pour vous orienter dans vos choix. Afin de vous garantir le meilleur planning, il est préférable de nous communiquer vos choix de soins lors de la réservation.

les essentiels

Choisissez 5 soins essentiels.

L'eau de mer et les algues contiennent la quasi-totalité des sels minéraux et oligoéléments dont notre corps a besoin pour se construire et se régénérer.

Soins d'eau de mer

- ❑ bain hydromassant reminéralisant
- ❑ bain hydromassant précieux au miel et karité
- ❑ bain hydromassant à la gelée d'algues circulatoire
- ❑ bain hydromassant à la gelée d'algues amincissante
- ❑ hydromodelage marin
- ❑ douche océane
- ❑ douche à jet
- ❑ douche circulatoire
- ❑ séance d'aquabiking

Soins secs

- ❑ hydrojet
- ❑ iyashi dôme

Applications

- ❑ d'algues thermosudation au fucus
- ❑ d'algues froides
- ❑ cryothérapie jambes
- ❑ boues marines

Enveloppements d'algues

- ❑ reminéralisantes

Sublime détente effectués sur un lit flottant et hydromassant

- ❑ aux 3 thés
- ❑ à la pulpe de coco
- ❑ au coton & aloe vera

les indispensables

Choisissez 2 soins indispensables.

Un choix de soins indispensables pour une escale réussie

Gommage du corps sous fine pluie d'eau de mer (15')

- ❑ cuivré aux huiles et sels de la mer Morte
- ❑ aux trois thés
- ❑ aux agrumes
- ❑ marin aux huiles et pétales de fleur

Modelages

- ❑ sous fine pluie d'eau de mer (15')
- ❑ détente aux huiles précieuses (25')
- ❑ Mahana relaxant by Thalgo (25')
- ❑ Harmonie corporelle by Payot (25')
- ❑ Merveille Arctique by Thalgo (25')
- ❑ Performance jambes légères by Payot (25')
- ❑ Modelage dos Belharra by Payot (25')

les inoubliables

Choisissez 2 soins inoubliables.

Une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre bien-être.

3 modelages du monde (50')

- ❑ Abhyanga
- ❑ Californien

Soins esthétiques pour Elle ou Lui

- ❑ soin Révélation marine by Thalgo (1h15)
- ❑ soin pour homme «ThalgoMen» à l'algue bleue vitale (1h15)
- ❑ Mise en beauté des mains (45')
- ❑ Mise en beauté des pieds (45')

*Sous réserve de contre-indication médicale. Programmez vos ½ journées de soins (matin, après-midi ou en alternance dans la mesure de disponibilité de nos plannings).
Voir descriptif des soins page 34.

WEEK-ENDS & COURTS SÉJOURS

à la CARTE

Vous recherchez l'évasion et la détente le temps d'un week-end et vous souhaitez découvrir la thalassothérapie ? Trouvez votre bonheur dans nos courts séjours.

- Choisissez vos journées de soins.
- Profitez de la qualité et des services de l'hôtel**** Hélianthal.
- Laissez-vous surprendre par la cuisine subtile de notre chef…

En solo, en famille ou entre amis, venez vous faire dorloter !

Accès libre toute la journée à l'espace marin & détente :

Parcours marin, sauna, au hammam, à l'espace fitness et aux cours de gym et d'aquagym.

Journée Vitalité marine

4 soins par jour dont un collectif

- **3 soins individuels d'hydrothérapie parmi** :
  bain hydromassant reminéralisant, enveloppement d'algues reminéralisantes, hydromodelage marin, douche à jet ou océane ou circulatoire, hydrojet.
- **1 soin collectif en piscine d'eau de mer chauffée**
  stretching marin ou jet sous-marin

Journée Thalazur

4 soins par jour dont un modelage

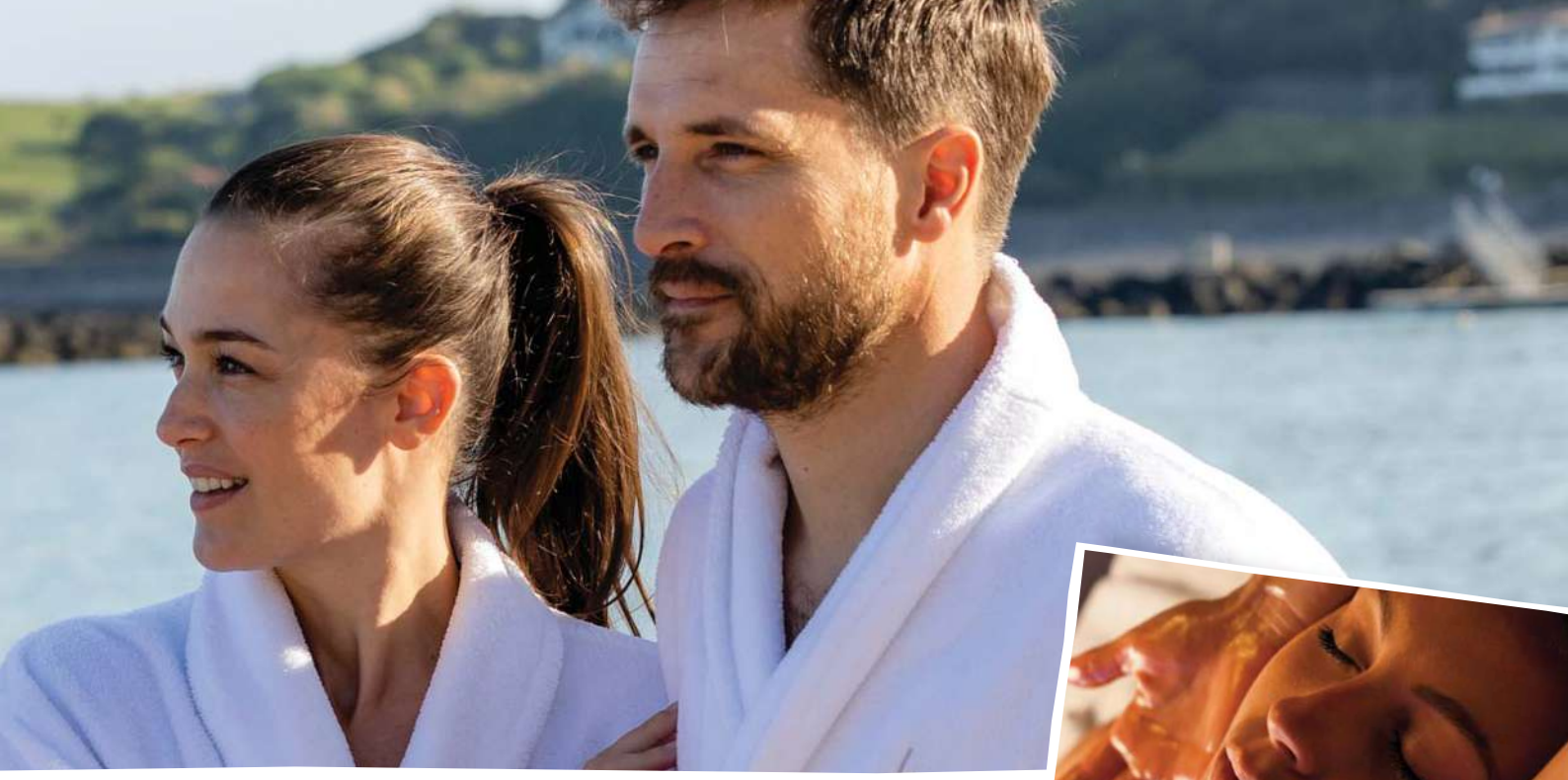
- **1 modelage du corps**
  détente aux huiles précieuses (25')
  ou sous fine pluie d'eau de mer (15')
- **3 soins individuels d'hydrothérapie parmi** :
  bain hydromassant reminéralisant, enveloppement d'algues reminéralisantes, hydromodelage marin, douche à jet ou océane ou circulatoire, hydrojet.

Journée Découverte Thalazur

3 soins par jour dont un modelage

- **1 modelage du corps**
  détente aux huiles précieuses (25')
  ou sous fine pluie d'eau de mer (15')
- **2 soins individuels d'hydrothérapie parmi** :
  bain hydromassant reminéralisant, enveloppement d'algues reminéralisantes, hydromodelage marin, douche à jet ou océane ou circulatoire, hydrojet.

Les soins sont planifiés par nos services selon les disponibilités. **Voir descriptif des soins page 34.**



Journées spéciales

Soins du dos

- 1 hydrojet
- 1 application de boues marines
- 1 modelage détente Expert du dos (30')

Soins silhouette

- 1 palper-rouler «watermass» sous fine pluie marine (15')
- 1 enveloppement d'algues thermosudation au fucus
- 1 séance de iyashi dôme (30')

Récupération sportive

- 1 séance de cryothérapie corps entier
- 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs
- 1 modelage Expert (30')

Thalasso & spa «Ado»
(14/18 ans)

- 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs
- 1 hydrojet
- 1 soin visage Gym Beauté® by Payot (30')

Journées spéciales «Slow attitude»

Soins slow beauté
pour «Elle» ou pour «Lui»

- 1 gommage du corps
- 1 enveloppement Sublime Détente au coton et l'aloe vera
- 1 soin du visage hydradant anti-âge à l'algue rouge by Thalgo (30')

Soins slow zen

- 1 enveloppement Sublime Détente aux trois thés
- 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs
- 1 modelage Mahana relaxant by Thalgo (25')

Descriptif des soins

Modelages

Le praticien effectue différents mouvements enveloppants, par glissé des mains et pressions douces sur la face postérieure du corps pour l'amener à se détendre et se relaxer.

Le saviez-vous ?

Le modelage s'effectue du bas vers le haut du corps pour respecter le sens du retour veineux.

Sous fine pluie d'eau de mer (15')

Modelage relaxant effectué sous une fine pluie d'eau de mer chaude riche en actifs marins. Ce modelage vous apporte détente et reminéralisation.

Détente aux huiles précieuses (25')

Techniques du modelage traditionnel qui vous procurent bien-être et relaxation.

Enveloppements & applications (20')

Effectués sur un lit flottant idéalement tempéré. Le corps est entièrement (pour les enveloppements) ou partiellement (pour les applications) recouvert d'algues ou de boues marines chaudes, puis enveloppé dans une couverture. La chaleur permet une vasodilatation et une accélération de la circulation sanguine pour une meilleure absorption des actifs (sels minéraux, oligoéléments et vitamines). Le contact direct de la peau et des actifs, permet de revitaliser l'organisme et de faire le plein d'énergie en vingt minutes.

Le saviez-vous ?

Les algues ont un pouvoir de concentration extraordinaire en minéraux et oligoéléments essentiels à notre équilibre, jusqu'à 10000 fois supérieur aux plantes terrestres. Pour favoriser le passage des oligoéléments avant les enveloppements d'algues, pratiquez 5 minutes de sauna ou de hammam (en l'absence de contre-indication).

Enveloppement d'algues reminéralisantes

Les algues chaudes permettent à l'organisme de se reminéraliser, de réhydrater les tissus et d'éliminer les toxines.

Enveloppement Sublime Détente aux parfums d'ailleurs (20')

Effectué sur un lit flottant et hydromassant pour une détente absolu.

Choisissez votre senteur aux parfums exotiques et faite de votre enveloppement un instant privilégié :

Aux trois thés : moment de plénitude, cet enveloppement aide à lutter contre le vieillissement de la peau (souplesse et fermeté de la peau).

Coton & aloe vera : pour hydrater et reminéraliser le corps et rendre votre peau douce et soyeuse.

À la pulpe de coco : soin aux senteurs évocatrices, les qualités nutritives de la pulpe de coco offrent régénération et hydratation.

Application de boues marines (20')

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

Application d'algues thermosudation au fucus (20')

Soin minceur intensif de sudation accélérant l'élimination des toxines. Algues enrichies d'huiles essentielles de romarin, de lavande et d'eucalyptus.

Application d'algues froides (20')

Application localisée, elle active la circulation sanguine.

Application cryothérapie jambe (20')

Enveloppement à froid à l'aide de chaussettes en coton imbibées de liquide cryogène. Facilite le retour veineux et procure une sensation de fraîcheur et de confort.

Soins d'hydrothérapie

Bains hydromassants (15') :
Confortablement installé dans une baignoire, un modelage puissant, global ou localisé, est réalisé par des jets sous-marins suivants les trajets musculaires et le sens du retour veineux. Débutant par une chaleur douce, la température s'élève progressivement au cours du soin (entre 34° et 37°).

Reminéralisant

Additionné de cristaux de sels marins, ce soin reminéralisant associé à la chromothérapie vous procure une relaxation musculaire profonde

Précieux au miel et au karité

Grâce à l'adjonction d'une cire au miel et au karité, ce soin vous fait découvrir la délicieuse sensation d'une peau pleinement hydratée et délicatement parfumée.

À la gelée d'algues

- **Amincissante** aux huiles essentielles de thym et romarin.
- **Circulatoire** aux huiles essentielles de sauge et de romarin.

Douche à jet (10')

L'hydrothérapeute dirige un puissant jet d'eau de mer suivant un tracé bien défini. La pression réglable du jet améliore votre tonus musculaire et affine votre silhouette. Selon la pression et la température, ce soin peut être à visée plus relaxante, circulatoire ou minceur

Douche circulatoire (10')

Confortablement allongé sur le dos, un hydrothérapeute masse à l'aide d'un jet d'eau de mer chauffée. Apaise et stimule le système lymphatique.

Douche océane (10')

Confortablement allongé sur le ventre, un hydrothérapeute masse à l'aide d'un jet d'eau de mer chauffée. Apaisant et décontracturant.

Hydromodelage marin (15')

Réalisé dans une piscine d'eau de mer privatisée et chauffée, l'hydrothérapeute draine et masse à l'aide d'un jet différentes zones de votre corps. Ce soin stimule la circulation. L'eau de mer apporte minéraux et oligoéléments pour reminéraliser le corps.

Palper-rouler «watermass» sous fine pluie d'eau de mer (15')

Soin du corps amincissant utilisant la technique du palper-rouler mécanique, enrichie par l'action de l'eau de mer et des huiles essentielles. Ce soin convient parfaitement à toutes personnes recherchant une perte de poids et une amélioration du grain de peau (lissage de la peau d'orange, regalber les contours) et tend à améliorer la qualité et l'élasticité de la peau.

Soins secs

Hydrojet (15')

À Saint jean de luz, une nouvelle génération d'hydrojet permet un programme de massage sur l'ensemble trapézoïdal. Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, deux jets à pressions modulables massent le corps. Cinq applications peuvent être combinées ensemble. Pour une relaxation profonde, entrez dans un nouveau monde de bien-être composé d'eau, de lumière, d'air, de couleurs, d'arômes et de sons. Pour optimiser les bienfaits de ce soin, trois protocoles de modelage ont été mis au point pour vous par nos experts de la thalassothérapie.

Iyashi dôme (30')

Cette technologie déclenche une sudation qui sert à évacuer les déchets de l'organisme et donc à rééquilibrer naturellement notre corps pour retrouver harmonie et mieux-être global.

Le saviez-vous ?

En termes de reminéralisation, en 15 minutes un bain hydromassant équivaut à 2 heures de baignade dans la mer.

Soins paramédicaux

Cryothérapie corps entier

Elle consiste à exposer le corps à une température comprise entre -130 et -160°C, pendant 1 à 3 minutes maximum. Cette immersion au froid améliore de manière significative de nombreux troubles (circulatoires, sommeil, anxiété, surpoids...), soulage les rhumatismes (action anti-inflammatoire). Ce soin s'applique tout particulièrement dans le domaine sportif en préparation, en récupération ou en traumatologie.

Consultation d'ostéopathie (25')

Méthode de correction ostéo-articulaire, viscérale et crânienne, visant à rétablir le bon fonctionnement de l'organisme par des manœuvres spécifiques.

Consultation d'ostéopathie aquatique (40')

Cette approche novatrice de l'ostéopathie «traditionnelle» se pratique en bassin d'eau de mer 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 de fonder son diagnostic et d'agir en douceur.

Séance de sophrologie (1h30)

Discipline antistress regroupant techniques respiratoires et mentales. Aide à se relaxer, à réguler son sommeil et à anticiper sans appréhension et positivement les évènements au quotidien.

Atelier «Expert du dos» (45')

En piscine d'eau de mer chauffée ou en salle, dirigé par un kinésithérapeute ou par un ostéopathe, atelier de rééducation et de prévention «Expert du dos».

Consultation diététique (1h)

Associé à une impédancemétrie, ce rendez-vous individuel réalisé par notre diététicienne est un véritable «Check-up» santé permettant de corriger excès et carences alimentaires.

- **Impédancemétrie**

Balance qui permet la mesure de votre répartition corporelle entre la masse grasse et la masse maigre (muscles, os et eau). Elle calcule aussi vos dépenses énergétiques au repos.

Soins collectifs

Jet sous-marin (25')

Mouvements réalisés sous la conduite d'un expert devant un jet à orientation modulable, en piscine d'eau de mer chauffée. Ce soin stimule la circulation, détend en profondeur les masses musculaires et assouplit les articulations.

Stretching marin (25')

Séance d'étirements et d'assouplissements en piscine d'eau de mer à 33°C. Décontracturant et restructurant musculaire.

Aquabiking (25')

Activité extrêmement complète et efficace, ludique et dynamisante, pratiquée sur un vélo immergé dans l'eau. Permet une dépense calorique importante, entre 300 et 500 par séance.

Espace marin

Accès direct à la plage

Posé sur le sable, au milieu de la prestigieuse baie de Saint-Jean-de-Luz, le parcours marin entièrement rénové vous offre une vue imprenable sur l'océan et un accès direct à la plage.

Sauna / Hammam

Sauna, dans l'esprit finlandais. Avec vue sur l'Océan, bain de vapeur sèche d'une température de 80°C.

Hammam, dans la grande tradition orientale. Deux pièces à températures différentes dans un décor somptueux de marbre et de mosaïque.

Notre cascade de glace pilée située au centre de ces espaces est à votre disposition pour vous rafraîchir selon vos envies.

L'espace cardio-fitness et activités sportives

Pour votre confort, deux espaces indépendants face à l'océan :

- Une première salle pour profiter des appareils de cardio : tapis de course, vélos, elliptiques, rameurs, steppers...
- Une seconde salle pour suivre les cours de nos professeurs de gym, yoga, pilates, coaching…

Salle de repos face à l'océan

Le lâcher-prise sera total en admirant la plage et la baie de Saint-Jean-de-Luz depuis la salle de repos qui vous accueille avant ou après vos soins.

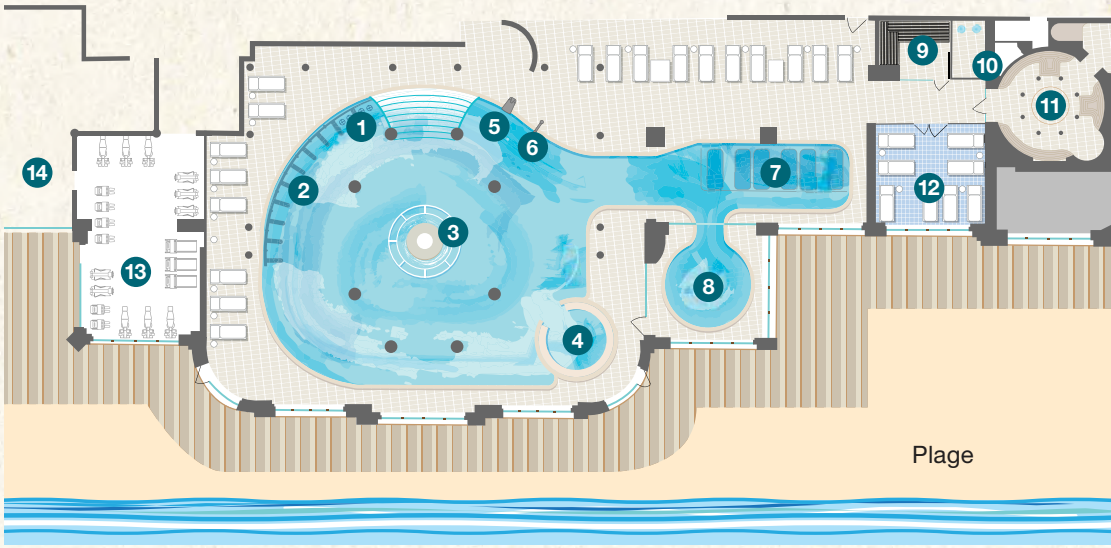
et détente

En accès libre toute la journée pour les clients de l'hôtel.

Parcours marin d'eau de mer de 300 m² chauffée à 33°

1. Pedijets
2. Sièges massants
3. Cascade
4. Jacuzzi
5. Lame d'eau «Cobra»
6. Col de cygne
7. Aquabeds
8. Jacuzzi ouvert sur la plage
9. Sauna
10. Cascade de glace
11. Hammam
12. Salle de repos
13. Salle de cardio-fitness
14. Salle de gym

Nombreux cours encadrés (aquagym, aquastreching, aquapalming...)



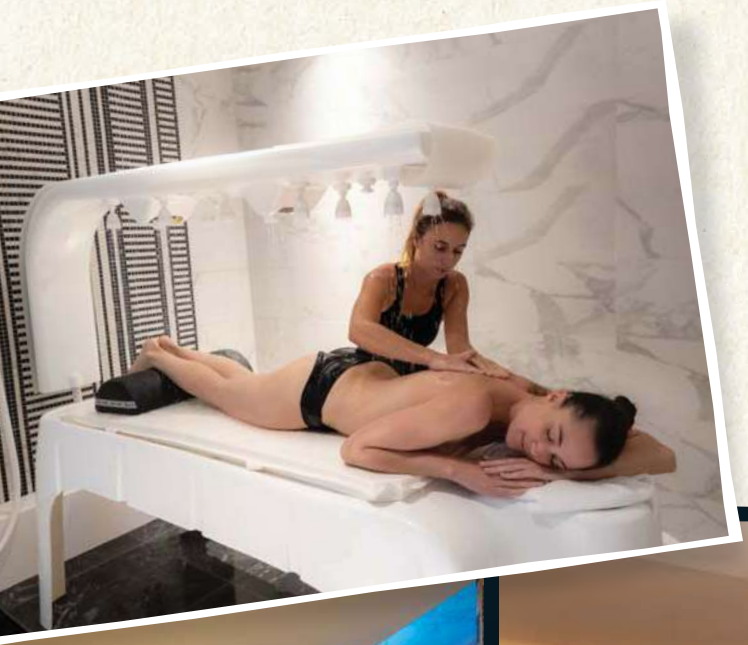
L'espace marin et détente est ouvert 7/7 jours de 9h à 19h45

L'espace cardio-fitness est ouvert 7/7 jours de 9h à 20h.

Les enfants de moins de 12 ans ne sont pas acceptés. Évacuation des espaces 15 minutes avant chaque fermeture.

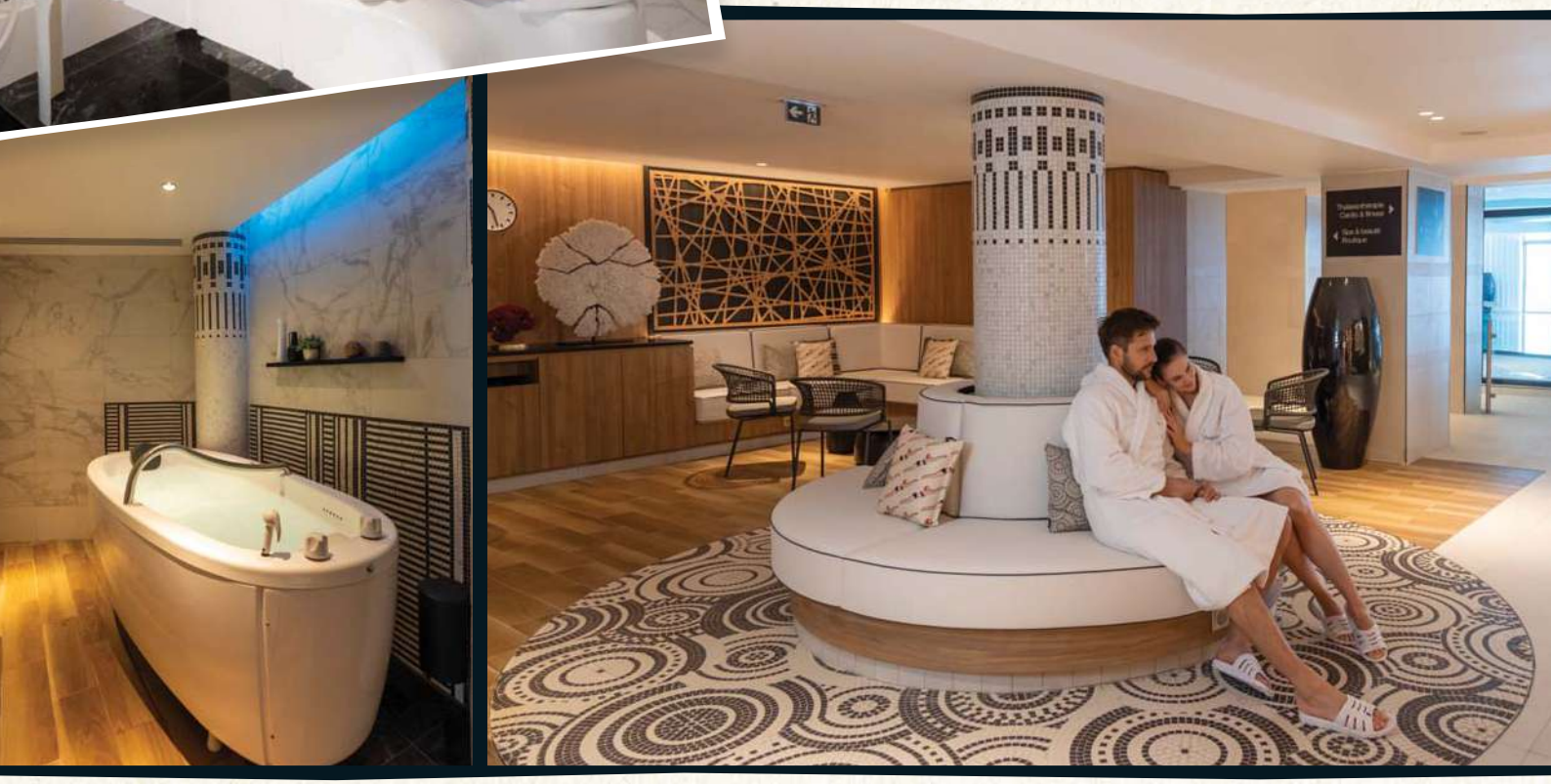
Espace hydrothérapie

L'art de prendre soin de vous



Notre savoir-faire, cultivé et enrichi au fil des saisons, est le gage d'une cure réussie, aux bienfaits immédiats et durables. Dans le cadre des cures «spécifiques», vous rencontrez notre médecin qui définit avec vous le déroulement et le contenu de votre cure. Notre expertise médicale et paramédicale vous garantit une thalassothérapie adaptée à vos envies et à vos besoins, qu'ils soient préventifs ou curatifs.

- Nouvelle génération d'hydrojets permettant un programme de modelage sur l'ensemble du corps et de la zone trapézoïdal, et enrichis d'un dôme combinant cinq applications différentes telles la lumière, l'air, la couleur, l'arôme et le son.
- Une cabine individuelle de cryothérapie corps entier.
- Des tables ergonomiques pour vos modelages sous fine pluie d'eau de mer.
- Des lits d'eau d'enveloppement de dernière génération.



Jeux de contrastes entre élégance des années 30 et douceur d'un design contemporain.

Spa marin & beauté

Gommages, modelages, rituels Spa, soins du visage, soins du corps, anti-âge, amincissement…
Deux grandes marques cosmétiques s'associent à Thalazur pour vous offrir le meilleur des soins et produits SPA & Beauté.

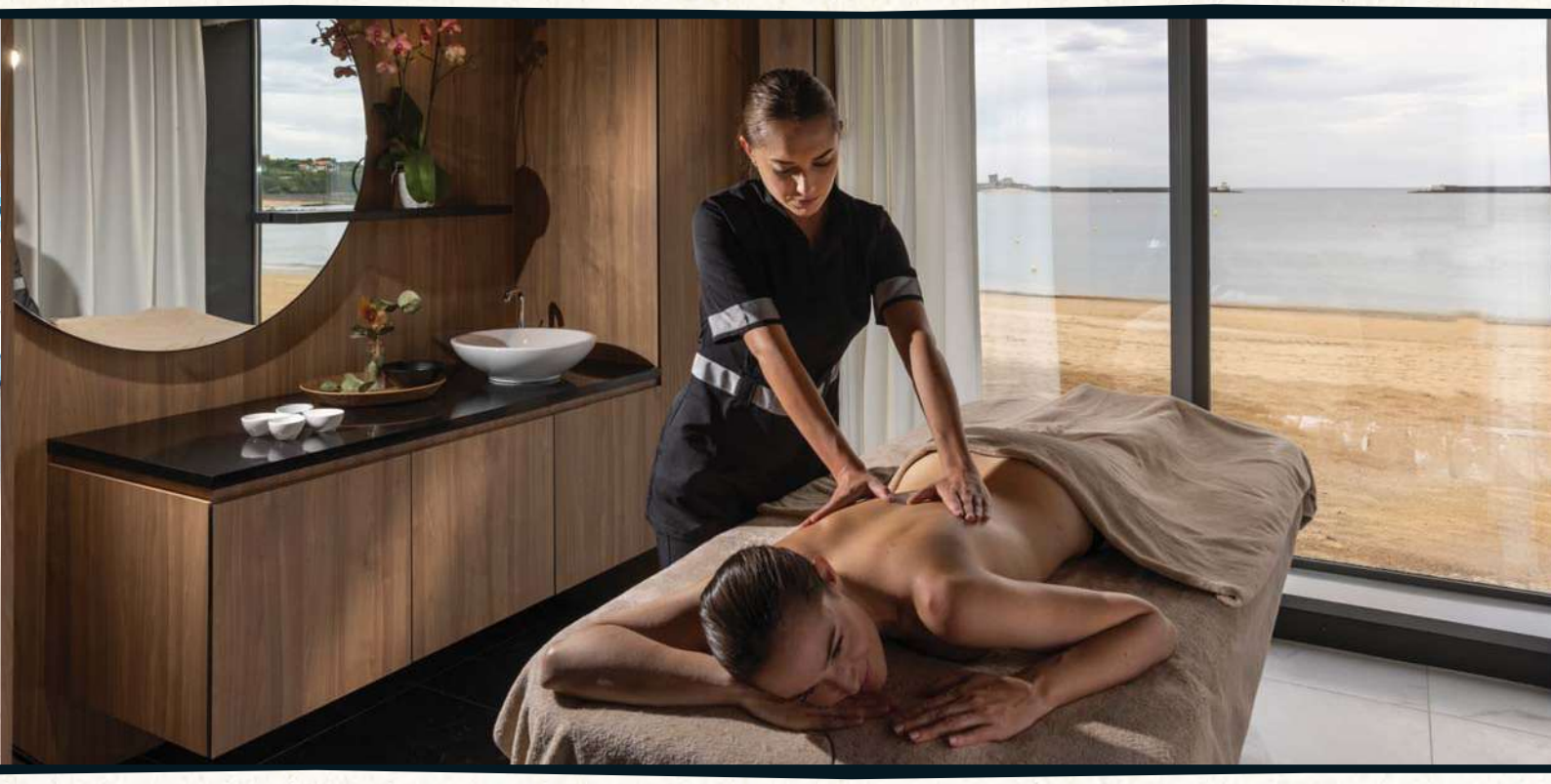
Demandez conseil pour un programme spa & beauté personnalisé et sur-mesure.

Des mains expertes accomplissent chaque rituel avec précision pour vous procurer un profond bien-être. Chaque soin est unique et original et vous invite à explorer de nouvelles sensations.

Retrouvez dans notre espace boutique, les gammes Thalgo, Payot et les produits Thalazur, utilisés en cabine lors des soins de thalassothérapie.

THALGO
LA BEAUTÉ MARINE

PAYOT
PARIS



Hôtel Hélianthal****

Une ambiance chic et décontractée entre Terre & Mer

Avec son emplacement exceptionnel, les pieds dans le sable et situé à proximité immédiate du quartier piétonnier de la célèbre ville balnéaire de Saint-Jean-de-Luz, l'hôtel & spa Hélianthal**** est devenu après trente ans d'existence, une adresse phare de la côte Basque et sa métamorphose était attendue.

Le projet de rénovation de grande envergure a permis de sublimer ce lieu sans pour autant altérer l'âme et l'identité Art déco du site, tout en respectant et intégrant la culture traditionnelle basque.

- 96 chambres de catégorie Supérieure, Supérieure Balcon ou Supérieure Terrasse
- 6 junior suites et suites avec terrasse
- 4 suites duplex avec vue mer.

HÔTEL & SPA
HÉLIANTHAL
SAINT-JEAN-DE-LUZ
★★★★

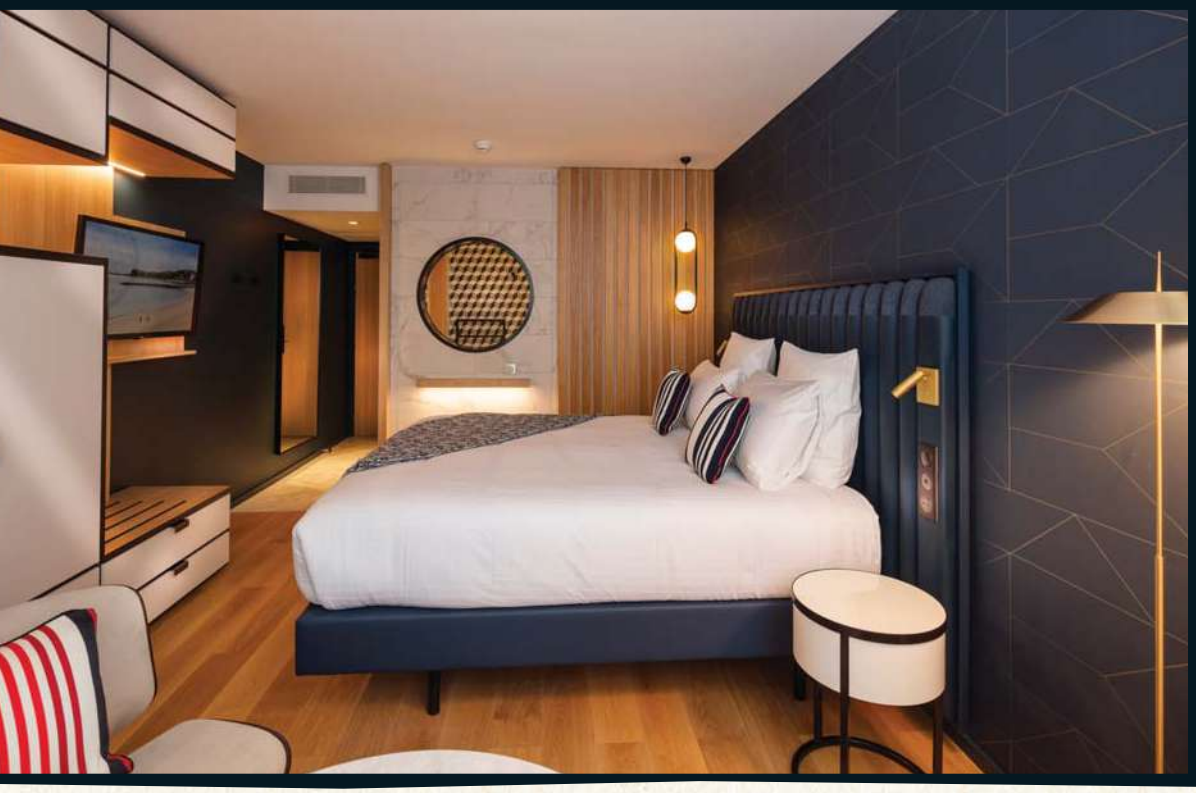
QUALITÉ TOURISME

Identité Art déco & culture traditionnelle basque

Les plus de l'hôtel

- Entièrement rénové en 2020
- Au cœur de la ville posé sur la plage, dans la baie de Saint-Jean-de-Luz.
- Accès direct à la plage
- Terrasse lounge face à l'Océan
- Nouvelle suite Duplex vue mer avec terrasse privative face à l'océan
- Possibilité de chambres triples ou communicantes*
- Accueil 24h/24h
- Connexion WiFi gratuite
- Service de navette : transfert aéroport / hôtel gratuit pour les curistes (cure de 6 jours), sur réservation uniquement

*Selon disponibilité et sur demande préalable



▲ Chambres Supérieures

Spacieuses et claires (24 m² en moyenne), elles sont réparties sur les 5 niveaux de l'hôtel et orientées côté cour, rue ou patio.
La chambre est équipée d'un grand lit (160 ou 180x200) ou de deux lits séparés (100x200), avec baignoire ou douche à l'italienne.

◄ Chambres Supérieures avec balcon

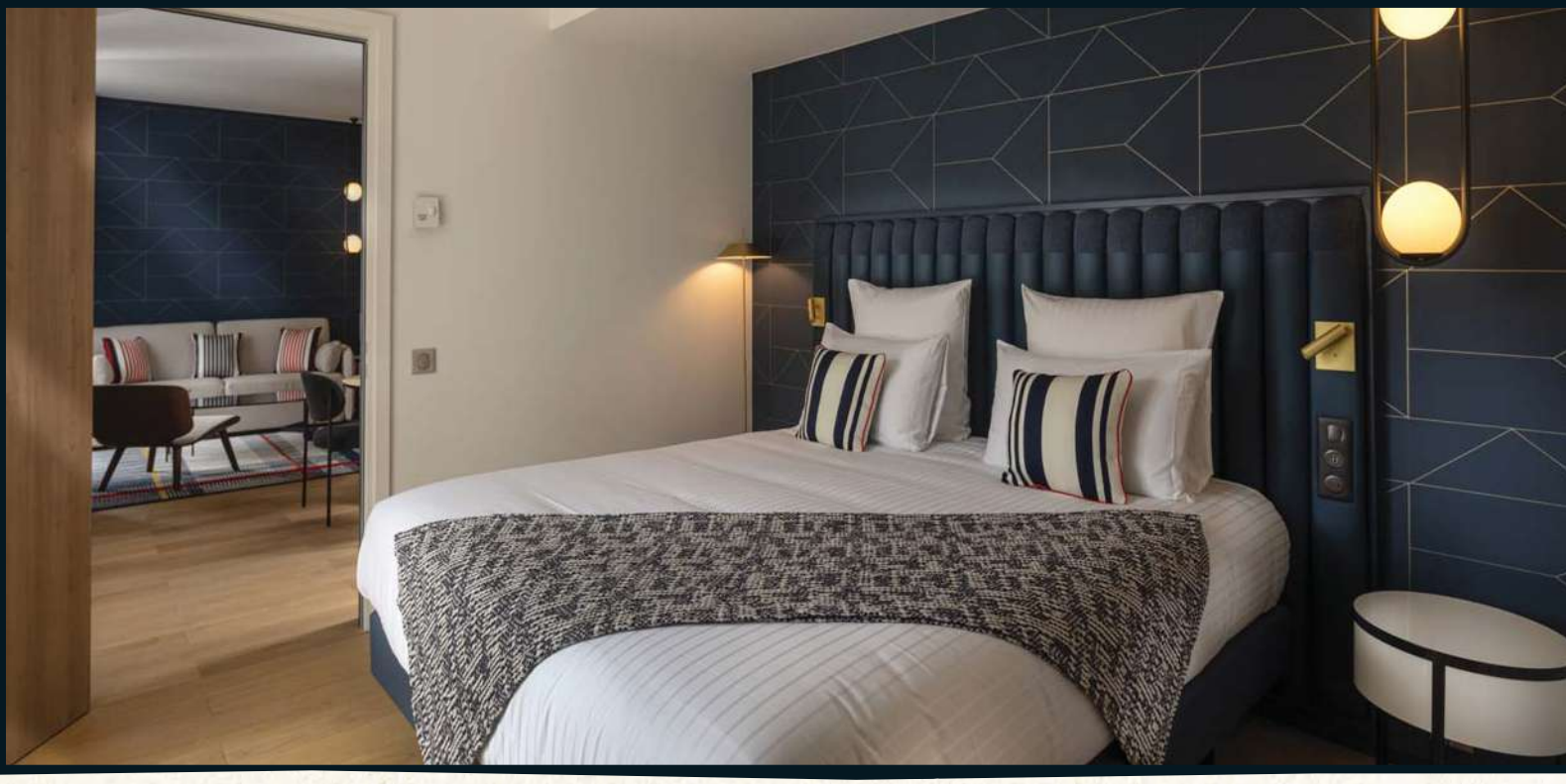
Très lumineuses (26 m² en moyenne), bénéficiant de la même orientation (cour, rue ou patio) et du même équipement que les chambres Supérieures, elles disposent en plus d'un balcon privatif avec une table et deux chaises.

◄ Chambres Supérieures avec terrasse

Très lumineuses et spacieuses (26 m² en moyenne), bénéficiant de la même orientation (cour, rue ou patio) et du même équipement que les chambres Supérieures, elles disposent en plus d'une terrasse privative avec une table, deux chaises et deux transats.

Possibilité de chambres triples ou communicantes, selon disponibilité et sur demande préalable.

A disposition dans tous nos hébergements : climatisation, peignoir, plateau de courtoisie, minibar, TV écran plat avec Canal+ et chaînes satellite, coffre-fort, sèche-cheveux, WiFi.



▲ Junior Suite

Composée d'une chambre et d'un coin salon (30m² en moyenne), elle est équipée d'un lit double (160x200) ou de deux lits séparés (100x200), d'un canapé lit pour deux personnes, d'une baignoire ou douche à l'italienne et d'une machine Nespresso.

Suite ▶

Composée d'une chambre et d'un coin salon (40m² en moyenne), elle est équipée d'un lit double (180x200) ou de deux lits séparés (100x200), d'un canapé lit pour deux personnes, d'une baignoire et d'une douche à l'italienne, d'une machine Nespresso.

Duplex vue mer ▶

Suite d'environ 60m², avec terrasse privative de 30m² face à l'océan, avec coin repas et solarium.
Organisée en duplex, pouvant accueillir jusqu'à cinq personnes, notre nouvelle suite propose deux coins salon, deux salles de bain et des dressings.
Au rez-de-chaussée : espace nuit avec un lit double (180x200), salon et salle de bain avec douche et baignoire.
À l'étage : salon avec canapé lit et salle de bain avec douche. Machine Nespresso et mini bar offert.

Invitation aux saveurs... Restauration

RESTAURANT

L'ATLANTIQUE

TERRASSE PANORAMIQUE / BAR LOUNGE

Petit déjeuner

Retrouvez le plaisir d'un véritable petit déjeuner savoureux et complet grâce aux produits régionaux de saison.
Il peut vous être servi dans votre chambre (petit déjeuner continental) ou au restaurant sous forme de buffet.

Face à l'océan dans la baie de Saint-Jean-de-Luz dégustez les saveurs d'une cuisine «bistronomique».

Trait d'union avec la mer, Le restaurant & bar lounge L'Atlantique vous invite au voyage. Largement ouvert sur l'océan, vous profiterez d'une vue exceptionnelle. Vous aurez l'impression de monter à bord d'un majestueux paquebot pour une traversée des saveurs. Une expérience culinaire à vivre dans une ambiance lumineuse mêlant l'élégance et le raffinement des codes années 30, la naturalité des codes balnéaires, et l'ADN des codes basques.

Savourez les plats du restaurant L'Atlantique sur une vaste terrasse qui surplombe la plage. Votre regard sera irrémédiablement attiré par l'Océan.

La baie de Saint-Jean-de-Luz vous offre un cadre exceptionnel.

Les **5S**

Des produits de **S**aison remplis de **S**aveurs, issus de **S**ituations géographiques exceptionnelles, cuisinés **S**ainement avec **S**implicité.

Notre chef y compose une cuisine authentique et créative où les produits locaux et de saisons sont à l'honneur, mêlant harmonie des sens, santé et diététique.

Complétez à merveille votre séjour «bien-être» en dégustant une restauration de qualité. Notre Chef propose chaque jour des menus élaborés en collaboration étroite avec notre diététicienne. L'union du plaisir et de la santé se retrouve ainsi dans chaque assiette, aussi gourmande qu'équilibrée, aux côtés de produits pour la plupart issus de producteurs du Pays basque.

Un nouveau lieu de saveurs…

BAR
à TAPAS
ERDIKO
&
GOURMANDISES

Trait d'union avec la ville, notre nouveau bar et sa terrasse donnant sur les jardins de l'hôtel sont des lieux de vie conviviaux où l'on goûte l'expression de la générosité de la culture basque, que ce soit dans l'assiette ou par la décoration qui met en lumière les artisans locaux.

Dans une ambiance décontractée, découvrez un lieu résolument tourné vers le partage ! Vous retrouverez des produits frais et locaux que ce soit le midi sous forme de snacking, l'après-midi pour prendre le thé ou le soir autour de tapas signatures du bar à vin.

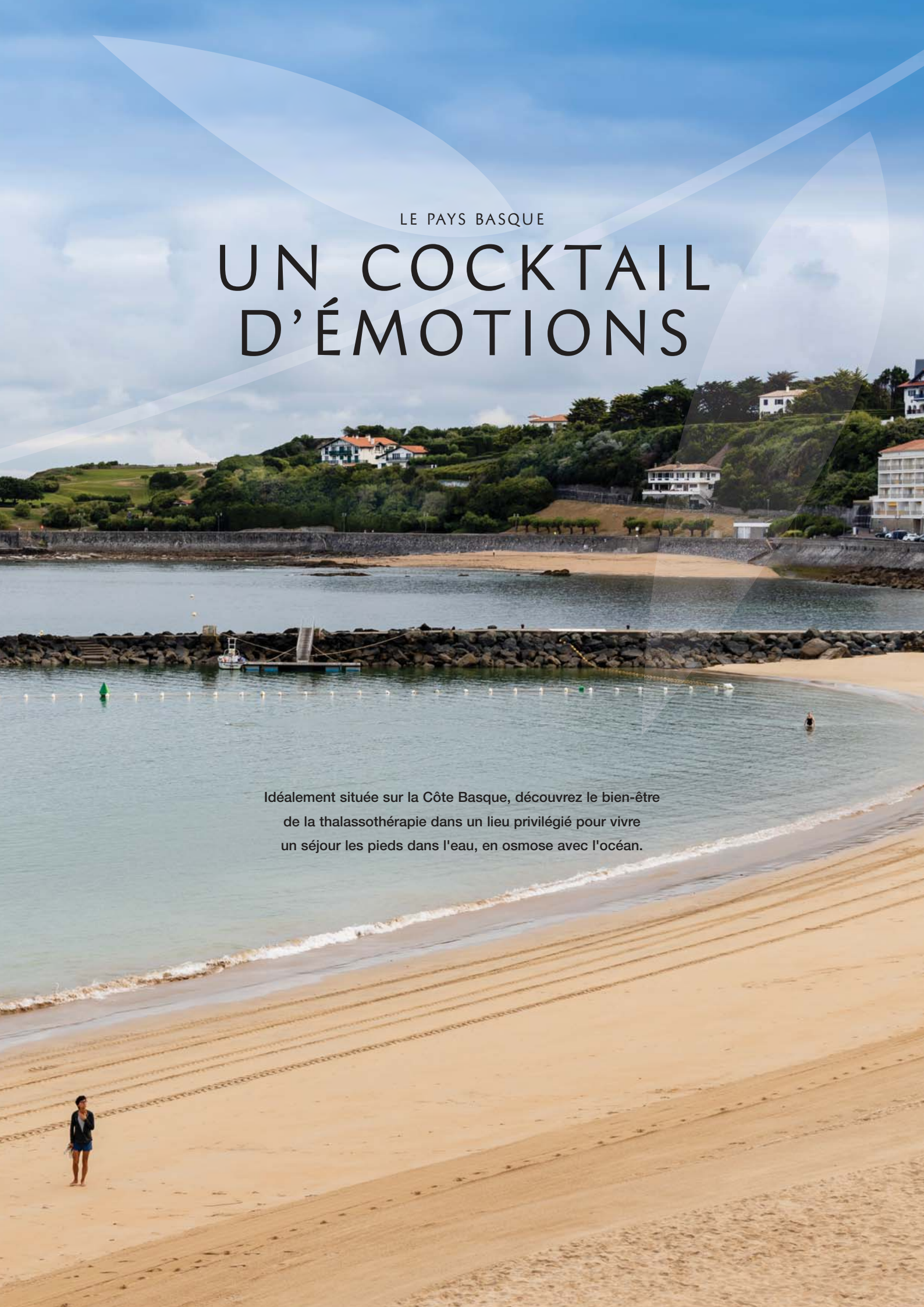
Réveillez vos papilles avec la cuisine basque !

Jaia
TXALUPA
Txuleta
Gaztambera
TXOTX
Fresko
TXORIZO
Barazkiak

TXALUPA
Txuleta
TXORIZO
Barazkiak
TALO

LE PAYS BASQUE

UN COCKTAIL D'ÉMOTIONS



Idéalement située sur la Côte Basque, découvrez le bien-être de la thalassothérapie dans un lieu privilégié pour vivre un séjour les pieds dans l'eau, en osmose avec l'océan.

Entre Atlantique et Pyrénées, le **Pays basque**, vous propose une diversité de paysages, de traditions, de lieux uniques et pittoresques, reflets exceptionnels de notre patrimoine.

Les visites NATURE

- le sentier du littoral
- le petit train de La Rhune
- le quartier piétonnier de Saint-Jean-de-Luz
- la découverte des villages du Pays basque

Les visites PATRIMOINE

- la maison Louis XIV
- la maison de l'Infante
- l'Eglise Saint Jean-Baptiste
- le port de pêche
- le fort de Socoa
- la maison Edmond Rostand (Villa Arnaga) à Cambo
- le château d'Abbadia...

Les visites GASTRONOMIE

- les mouchous de la maison Pariès
- les macarons de la maison Adam
- le marché des Halles
- le piment d'Espelette
- le gâteau basque
- le vignoble Irouléguy

Les activités SPORTIVES

- les golfs de Chantaco et de La Nivelle
- le Tennis Club Luzien
- sports nautiques : surf, voile, promenades en bateau…

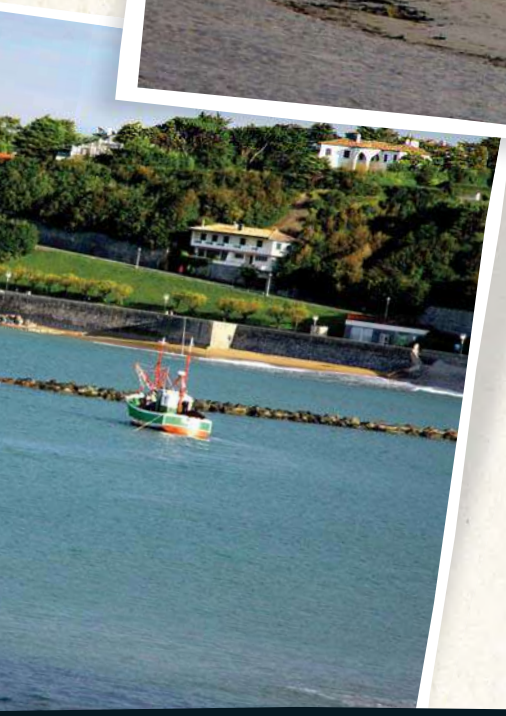
Office du Tourisme
de Saint-Jean-de-Luz
Tél. 05 59 26 03 16
www.saint-jean-de-luz.com

PIMENT D'ESPELET

Idéalement située sur la Côte Basque, **Saint-Jean-de-Luz** est un lieu privilégié pour vivre un séjour en osmose avec l'océan, les pieds dans l'eau.

Construite autour de son port de pêche et de sa majestueuse baie, la cité luzienne vous offre un centre historique piétonnier préservé. Entre Atlantique et Pyrénées, le Pays basque vous propose une diversité de paysages, de traditions, de lieux uniques et pittoresques, reflets exceptionnels de notre patrimoine.

Saint-Jean-de-Luz, Donibane Lohizune, comme elle se nomme en basque



Conseils & réservations

7j/7 au +33 (0)1 48 88 89 90

Nos experts se tiennent à votre disposition :

- en semaine de 9h à 19h30
- le week-end de 9h30 à 17h30

inforeservation@thalazur.fr

Profitez toute l'année d'offres spéciales*

Early booking

Jusqu'à -20% sur votre séjour pour toute réservation effectuée au moins 60 jours avant votre date de séjour. Offre no flex**.

BON Plan

Jusqu'à -10% sur votre séjour pour toute réservation effectuée au minimum 7 jours et maximum 60 jours avant la date d'arrivée. Offre no flex**.

* Offres non cumulables entre elles ni avec toute autre offre en cours. Sous réserve de disponibilité. Voir conditions générales de ventes p.58 et sur www.thalazur.fr/cgv/.

** Paiement total à la réservation, non échangeable, non remboursable et non modifiable.

Les soins à la carte

Découvrez toute notre expertise dans notre brochure Soins à la carte sur www.thalazur.fr/saint-jean-de-luz/thalasso/brochures/

Modelages, soins visage, soins minceur, épilations, cryothérapie… nous vous proposons une multitude de soins à la carte pour parfaire votre séjour ou celui de votre accompagnant non curiste.

À réserver avant votre arrivée au +33 (0)5 59 51 51 30 ou par mail **thalasso.saintjeandeluz@thalazur.fr** pour avoir un maximum de disponibilités.

Ce qu'il faut **prévoir**…

- Deux maillots de bain en synthétique adaptés aux conditions marines (eau de mer, chlore…)
- Pour les hommes merci de vous munir d'un slip ou boxer de bain.
- Les shorts de bain, les combinaisons complètes et les strings ne sont pas tolérés.
- Des sandales ou tongs antidérapantes (offerts pour toutes les cures de 6 jours).
- Une tenue de sport pour accéder à la salle de fitness.
- Pour les cures Vitalité marine, Thalazur, Tradition marine, Modelages du monde et Liberté suprême ainsi que pour tous séjours de plus de 3 jours un certificat médical de non contre-indication datant de moins de trois mois vous sera demandé. La consultation médicale est incluse le lundi dans toutes les autres cures de 6 jours.

Ce qui est **inclus** dans votre séjour…

- Accès libre et illimité pour le curiste et l'accompagnant logé à l'hôtel Hélianthal à l'espace marin et détente (sauna, hammam, parcours marin, cours d'aquagym, salle de fitness et cours de gymnastique en salle).
- Les peignoirs, serviettes et tongs sont fournis pour tous les séjours avec soins.
- Tisanes Bio en libre-service durant vos soins.

Ce qu'il faut **savoir**…

côté hôtel et restaurant…

- Votre chambre est disponible à partir de 16h le jour de votre arrivée et elle doit être restituée pour 12h le jour de votre départ.
- Le jour de l'arrivée, comme le jour du départ, vous bénéficiez de l'accès à l'espace marin. Des vestiaires et casiers sont à votre disposition à l'institut de thalassothérapie.
- Parking municipal souterrain relié directement à l'hôtel, payant : de 12€ à 17€ selon période (places limitées, sous réserve de disponibilité).
- Les transferts entre l'aéroport de Biarritz et l'Hôtel Hélianthal**** sont assurés gratuitement tous les jours pour les personnes en cure logeant à l'hôtel au moins 6 nuits (réservation obligatoire et sous réserve de disponibilités).
- La demi-pension comprend un repas, midi ou soir, à votre convenance.
- L'accompagnant non curiste partage la chambre du curiste.
- Lit bébé, baignoire, chauffe-biberons, matelas à langer, stérilisateur, poussette sont à votre disposition à l'hôtel. Chaises hautes au restaurant.
- Hébergement et petit déjeuner offerts pour les enfants jusqu'à 12 ans accompagnant les parents. Nombre de chambres limité.
- Les animaux sont admis dans notre établissement, uniquement dans les chambres. Supplément 20€/jour/animal.

côté thalassothérapie et spa…

- Vos soins sont planifiés par demi-journée en alternance le matin et l'après-midi, à partir du lendemain de votre arrivée.
- Pour toutes questions concernant votre séjour ou planning de soins, nous vous invitons à nous contacter avant votre arrivée.
- Possibilité de soins d'hydrothérapie pour les femmes enceintes, nous consulter.
- Accès à l'espace marin et détente (sauna, hammam, parcours marin, cours d'aquagym, salle de fitness et cours de gymnastique en salle) interdit aux enfants de moins de 12 ans.
- Nous proposons une sélection de soins aux adolescents à partir de 14 ans.
- Un oubli ? Vous trouverez dans notre espace boutique des maillots de bain, produits cosmétiques, sandales…

Tarifs **Saint-Jean-de-Luz** 2022

Cures de thalassothérapie 6 jours

Tarifs en euros par personne / séjour

6 jours de soins + 6 nuits + 1/2 pension hébergement en chambre double SUPÉRIEURE	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Vitalité marine (24 soins dont 6 collectifs)	*1 644*	*2 388*	**1 315**
Thalazur (24 soins dont 6 modelages) Tradition marine	*1 848*	*2 592*	**1 478**
Hélianthal Femme Hélianthal Homme Jambes légères	*1 902*	*2 646*	**1 521**
Bien-être du dos	*2 100*	*2 844*	**1 680**
Anti-âge Épigénétique by Thalazur NOUVEAUTÉ 2022 Immersion yoga & thalasso NOUVEAUTÉ 2022 Modelages du monde	*2 148*	*2 892*	**1 718**
Liberté suprême	*2 274*	*3 018*	**1 819**
Silhouette & nutrition (en pension complète diététique)	*2 358*	*3 102*	**1 886**
Accompagnant non curiste 6 nuits + 1/2 pension hébergement en chambre double SUPÉRIEURE	*888*	*1 632*	**710**

Suppléments cures 6 jours

Catégorie de chambre Par chambre pour 6 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Supérieure balcon	*120*	*360*	**96**
Supérieure terrasse	*300*	*600*	**240**
Junior suite Suite Duplex vue mer	*Sur demande*		

Chambre individuelle Par chambre pour 6 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
	294	*690*	**235**

Pension complète Par personne pour 6 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	258	**206**

Escales 3 jours

Tarifs en euros par personne / séjour

3 jours de soins + 3 nuits + petits déjeuners hébergement en chambre double SUPÉRIEURE	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Immunité marine NOUVEAUTÉ 2022	*774*	*1 167*	**619**
Silhouette (9 soins)	*816*	*1 209*	**652**
Liberté suprême (9 soins)	*909*	*1 302*	**727**
Sublime détente zen (12 soins)	*963*	*1 356*	**770**
Accompagnant non curiste 3 nuits + petits déjeuners hébergement en chambre double SUPÉRIEURE	*294*	*687*	**235**

Suppléments escales 3 jours

Catégorie de chambre Par chambre pour 3 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Supérieure balcon	*60*	*180*	**48**
Supérieure terrasse	*150*	*300*	**120**
Junior suite Suite Duplex vue mer	*Sur demande*		

Chambre individuelle Par chambre pour 3 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
	234	*627*	**187**

Demi-pension Par personne pour 3 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	129	**103**

Pension complète Par personne pour 6 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	258	**206**

Courts séjours de 1 à 5 jours
Tarifs en euros par personne / jour

Séjour tradition 1 jour de soins + 1 nuit + 1/2 pension hébergement chambre double SUPÉRIEURE	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Vitalité marine (4 soins dont 1 collectif)	*271*	*402*	216
Thalazur (4 soins dont 1 modelage)	*307*	*438*	245
Journée à thème (3 soins) Slow beauté, Slow zen, Soins du dos, Soins silhouette, Récupération sportive, Thalasso & spa «Ado»	*307*	*438*	245
Accompagnant non curiste 1 nuit + 1/2 pension hébergement chambre double SUPÉRIEURE	*141*	*272*	112

Séjour découverte 1 jour de soins + 1 nuit + petit déjeuner hébergement en chambre double SUPÉRIEURE	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Découverte Thalazur (3 soins dont 1 modelage)	*234*	*365*	187
Accompagnant non curiste 1 nuit + petit déjeuner hébergement chambre double SUPÉRIEURE	*98*	*229*	78

Suppléments courts séjours
tradition & découverte

Catégorie de chambre Par chambre par nuit	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
Supérieure balcon	*20*	*60*	16
Supérieure terrasse	*50*	*100*	40
Junior suite Suite Duplex vue mer	*Sur demande*		

Chambre individuelle Par chambre par nuit	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	*Jusqu'à*	
	78	*209*	62

Restauration Par personne pour 1 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	43	34

Cures & Escales sans hébergement
Tarifs en euros par personne (toute l'année)

Cures 6 jours de soins sans hébergement	Public	EARLY BOOKING à partir de
Vitalité marine (24 soins dont 6 collectifs)	*798*	598
Thalazur (24 soins dont 6 modelages) Tradition marine	*1 002*	751
Hélianthal Femme Hélianthal Homme Jambes légères	*1 128*	846
Bien-être du dos Silhouette	*1 284*	963
Anti-âge Épigénétique by Thalazur NOUVEAUTÉ 2022 Immersion yoga et thalasso NOUVEAUTÉ 2022 Modelages du monde	*1 326*	994
Liberté suprême	*1 452*	1 089

Escales 3 jours de soins sans hébergement	Public	EARLY BOOKING à partir de
Immunité marine NOUVEAUTÉ 2022	*522*	417
Silhouette (9 soins)	*522*	417
Liberté suprême (9 soins)	*615*	492
Sublime détente zen (12 soins)	*669*	535

Retrouvez **en page 54**
nos offres SPÉCIALES
jusqu'à -20%

CONDITIONS GÉNÉRALES HÔTEL HÉLIANTHAL**** THALAZUR THALASSOTHÉRAPIE & SPA

Prix fermes en € TTC, sujets à modification sans avis préalable.

Taxes et services compris hors taxe de séjour. Taxe de séjour à régler sur place : environ 1,10€/jour/personne (sous réserve de modification par la mairie).

Toute prestation non consommée dans le cadre d'un forfait, ne peut être assujettie à un remboursement.

Chèques vacances acceptés.

Paiement des prestations

S'agissant des forfaits hébergement, restauration et thalassothérapie ainsi que les cures externes et sauf offre particulière prévoyant le paiement de la totalité du montant de la prestation au moment de la réservation (notamment, les «ventes flash», les offres «early booking» et «bon plan»), le client doit payer au minimum un acompte de 30% du montant total du forfait au moment de la réservation ; le solde du forfait ainsi que les éventuels extras sont réglés sur place à l'hôtel, avant le départ du client.

Assurance annulation

Thalazur* informe ses clients de l'existence d'un contrat d'assurance couvrant les conséquences de l'annulation : possibilité, sur demande et selon conditions, de contracter l'assurance annulation par téléphone auprès d'un conseiller Thalazur* au 01 48 88 89 90 (coût d'un appel standard, appel non surtaxé). L'assurance portera sur les modifications ou annulation du fait du client comme précisé dans les articles 13 et 14. Les Conditions Générales de Vente de l'assurance annulation proposée par Thalazur* sont disponibles sur demande auprès des conseillers Thalazur*.

Modification du fait du client

- Il est préalablement rappelé que les offres promotionnelles «early booking», «bon plan» et «ventes flash» ne sont pas modifiables.
- Sous réserve de disponibilité et d'acceptation par l'institut Thalazur*, des demandes de modification qui portent sur la prolongation de séjour, l'augmentation du nombre de personnes ou la modification de l'une des prestations incluses dans le forfait initial entraîneront la facturation de frais de dossier de 60€ TTC par séjour réservé pour les forfaits hébergement, restauration et thalassothérapie. Le cas échéant, le client devra s'acquitter de la différence de prix entre le forfait initial et le nouveau forfait. Le paiement de ces frais supplémentaires sera à régler au moment du départ.
- Dans le cas où Thalazur* ne pourrait accéder aux demandes de modification, Thalazur* ne saurait en être tenu pour responsable et si le client souhaite, suite à cela, annuler sa réservation, les conditions d'annulation de l'article 14 s'appliquent alors.
- Pour toute modification portant sur la diminution du nombre de personnes, le changement de saisonnalité sur une saison inférieure ou la suppression d'une des prestations réservées, le montant de la commande initiale reste dû.

Annulation du fait du client

Conformément à l'article L.221-28 12° du code de la consommation, le client est informé qu'il ne dispose pas du droit de rétractation prévu à l'article L.221-18 du code de la consommation. Le client peut toutefois annuler son forfait à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement d'indemnités de résiliation.

Toute annulation devra faire l'objet d'un écrit (courrier électronique ou lettre recommandée avec accusé de réception) adressé à Thalazur : 45, rue Jean Jaurès – 92300 Levallois-Perret | serviceclient@thalazur.fr. La résiliation sera effective à la date de réception, par Thalazur, du courriel ou de la lettre recommandée avec accusé de réception.

Indemnités de résiliation dues en cas d'annulation d'un forfait hébergement restauration et thalassothérapie

Des indemnités de résiliation seront dues par le client en application du barème suivant :

- à plus de 14 jours avant la date du début du séjour : sans frais (hors frais de dossier et d'assurance);
- à moins de 15 jours avant la date du début du séjour : 30% du montant total du prix TTC du forfait (frais de dossier et d'assurance compris).

Conditions particulières applicables aux forfaits faisant l'objet d'une offre promotionnelle : Toute offre «bon plan», «early booking» ou «ventes flash» est non modifiable et ne peut faire l'objet d'une annulation après sa souscription. Aucune somme versée à Thalazur dans le cadre d'une telle offre, y compris d'éventuels frais de dossier et d'assurance, ne peut faire l'objet d'un remboursement partiel ou total.

Nos conditions générales de vente sont disponibles sur demande auprès des conseillers Thalazur* et sur www.thalazur.fr/cgv/

HORAIRES D'OUVERTURE**

L'institut de thalassothérapie est ouvert toute la semaine.
Les soins sont planifiés de 9h à 13h et de 14h15 à 18h15.

Restaurant l'Atlantique :
7 jours sur 7 de 12h à 14h et de 19h à 21h30 (jusqu'à 22h en juillet et août).
Service de la demi-pension et de la pension.
Service du petit déjeuner sous forme de buffet de 7h à 10h et/ou continental servi en chambre de 7h à 11h.

Bar à tapas & gourmandises l'Erdiko :
7 jours sur 7 de 8h à 23h.

* Thalazur est une marque utilisée par les instituts de Thalassothérapie et hôtels intégrés affiliés. Chaque site est indépendant et assure seul la totalité des prestations réservées.

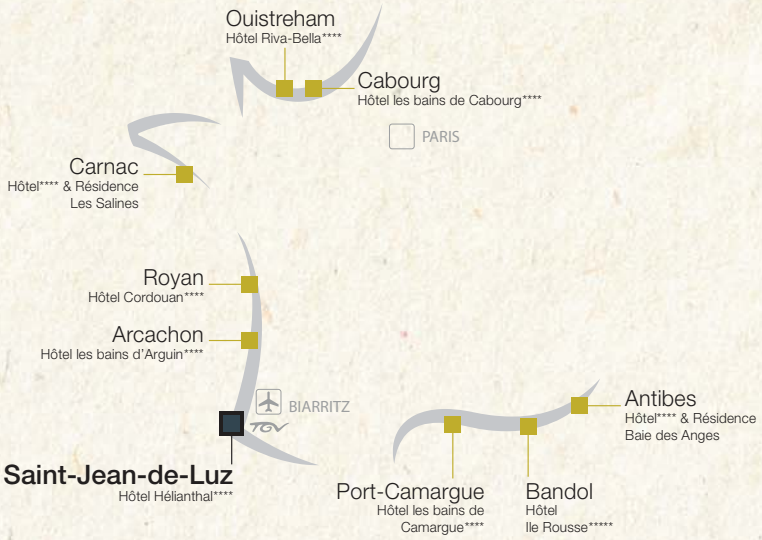
** Horaires susceptibles d'être modifiés.

thalazur

Thalassothérapie ▪ Hôtel & Spa

www.thalazur.fr

Thalazur Saint-Jean-de-Luz
Place Maurice Ravel
64500 Saint-Jean-de-Luz
saintjeandeluz@thalazur.fr



ACCÈS

Voiture : Autoroute A63 sortie Saint-Jean-de-Luz Nord.
GPS : Latitude 43.3903 / Longitude -1.66667
Parking municipal souterrain relié directement à l'hôtel, payant : de 12 à 17€ selon période (places limitées, sous réserve de disponibilité)

Gare SNCF : Gare de Saint-Jean-de-Luz à 700 m du site desservie par TGV direct Paris-Montparnasse.

Avion : à 15 min au sud de l'aéroport de Biarritz.
Les transferts entre l'aéroport de Biarritz et l'Hôtel Hélianthal**** sont assurés gratuitement tous les jours pour les personnes en cure logeant à l'hôtel au moins 6 nuits (réservation obligatoire et sous réserve de disponibilités).

CONSEILS & RÉSERVATIONS

7j/7 au +33 (0)1 48 88 89 90

Nos experts se tiennent à votre disposition :

- en semaine de 9h à 19h30
- le week-end de 9h30 à 17h30

inforeservation@thalazur.fr

facebook.com/thalazur.marque

@Thalazur

instagram.com/Thalazur

I LOVE thalasso by thalazur www.ilovethalasso.fr

Imprim'vert - Imprimé en France – Photos : Bruno Preschesmisky, Vincent Besnault, O. Digoit, C. Pasquini, Terre & Côte Basques, OT St-Jean-de-Luz, OT Bidart, CDT64, Kindabreak.com, Ph. Laplace, A. Salaun, BPBCM
ylake communication / 02 50 48 96 39
PEFC 10-31-1614