



Hotel • Thalasso & Spa

Soins à la carte
2026

LES SABLES D'OLONNE

Nos marques D'EXCEPTION

LA NATURE AU SERVICE DE LA BEAUTÉ...

Fondée en 1946, Sothys est une entreprise familiale française alliant tradition et innovation pour proposer des soins écoresponsables à base d'actifs végétaux, respectueux de la peau et de l'environnement. Découvrez des rituels de beauté uniques, réalisés par nos expertes.

 **SOTHYS**
PARIS

LA BEAUTÉ PAR LA MER...

Depuis presque 50 ans, la maison familiale PHYTOMER crée des formules naturelles de haute qualité et éco-conçues en Bretagne, pour retrouver une peau belle et saine.

PHYTOMER

LA RÉFÉRENCE EN ACTIFS DERMO-COSMÉTIQUES

VIE Collection sélectionne les actifs dermo-cosmétiques les plus puissants et les molécules à la pointe de la recherche en dermatologie et en médecine esthétique, pour corriger visiblement tous les signes de l'âge.

 **Vie** COLLECTION

Leader mondial de la stimulation cellulaire avec ses technologies au service de la santé, de la beauté et du bien-être. Des technologies 100% naturelles pour donner le meilleur au corps humain.

LPG

La marque dédiée à vos enfants dès l'âge de 3 ans.
Cosmétique naturelle aux parfums gourmands, respectueuse de la peau de vos trésors et de la planète.

NOUGATINE
PARIS

Le Visage



SOIN HYDRATATION PROFONDE AU COLLAGÈNE

1h30 • 102€

Traitement hydratant et réparateur adapté à toutes les peaux. Ce soin complet incluant un nettoyage de peau en profondeur permet, grâce à l'action d'une feuille de **collagène marin**, de redonner un effet lissant et un coup d'éclat immédiat.

MODELAGE CHINOIS

1h00 • 92€

Modelage du visage associant 3 techniques : modelage relaxant du visage associé à une stimulation des points d'acupuncture par digitopression, suivi d'un modelage réflexe et d'un masque sur mesure. Apporte une profonde détente et stimule l'énergie.



SOIN «VIE» PERSONNALISÉ

1h00 • 112€

Soin visage personnalisé en fonction de vos envies et de vos besoins. Choisissez parmi une palette de soins : ressurfaçant, tenseur ou anti-rides. L'association des peptides pro-collagène, de l'acide hyaluronique, des peptides Botox-Like et de la technicité de nos expertes, vont agir directement sur la fermeté et sur les rides profondes.

Supplément

Accès 1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

22€
par pers.

Le *Visage* PHYTOMER

♥ **Le conseil** CÔTE OUEST :
A associer au Soin Relax Dos
pour plus de bien-être

SOIN PIONNIER I SIGNATURE

SOIN ANTI-ÂGE GLOBAL D'EXCEPTION

1h30 • 134€

Le + : débute par un **modelage du dos** suivi d'une boue relaxante. Ce protocole d'exception avec son modelage inspiré du **Kobido**, son masque liftant et son module contour des lèvres, offre le summum de la performance anti-âge.

CYFOLIA I BIO CERTIFIÉ ECOCERT

REPULPANT ÉCLAT - VISAGE & CONTOUR DES YEUX

1h00 • 94€

Un joli coup d'éclat et une peau bien hydratée grâce à un soin plaisir qui allie un massage défatiguant et des produits bio d'une efficacité remarquable. Le + : un modelage contour des yeux.
Adapté aux femmes enceintes et adolescents.

SOIN PERSONNALISÉ

HYDRATANT, ÉCLAT OU ANTI-ÂGE

1h00 • 94€

Choisissez le soin qui répond le mieux à vos besoins du moment : hydratation intense, éclat du teint ou action anti-âge. Nos praticiennes adaptent chaque soin à votre peau et à vos envies pour une expérience unique, alliant détente, efficacité et plaisir des sens.

Supplément

Accès 1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

22€
par pers.

SOIN ÉNERGIE AU MASCULIN

1h00 • 94€

Entièrement dédié et adapté aux spécificités de l'épiderme masculin. Choisissez votre soin : hydratant, jeunesse, apaisant ou ciblé sur la pollution.

SOIN NETTOYANT ÉCLAT

NETTOYAGE DE PEAU EN PROFONDEUR

30 min • 72€

Un masque chauffant aux éponges marines et un masque personnalisé pour nettoyer les pores et renouer avec une peau nette et un teint frais.



Le Visage



SOTHYS

PARIS



SOIN EXCELLENCE *Secrets de Sothys*® 1h30 • 159€

Ce soin d'excellence, aux cellules souches de Rose et à l'huile précieuse de fleur de porcelaine, conjugue avec élégance et raffinement les ingrédients d'un soin unique. Une parenthèse de bien-être inoubliable. Une action jeunesse 360° inédite au cœur de la peau.

TRAITEMENT INTENSIF PERSONNALISÉ 1h00 • 94€ HYDRATANT, ÉCLAT OU JEUNESSE

Traitement intensif personnalisé pour retrouver une peau reboostée et éclatante de jeunesse.

SOIN SAISONNIER

1h00 • 89€

Découvrez chaque année 2 nouvelles senteurs au gré des saisons. Ce soin est un concept inédit, véritable bol d'oxygène associé à un cocktail de minéraux & de vitamines. Il révèle l'éclat de la peau à chaque saison.

♥ **Coup de coeur**
de l'équipage

SOIN HOMME ENERGISANT

45 min • 84€

Eden PARIS Park

Nettoyage, gommage, masque personnalisé, massage et final hydratant jeunesse, le soin idéal pour la peau des hommes en quête d'éclat et de relaxation.

SOIN SOTHYS ORGANICS® NETTOYAGE DE PEAU EN PROFONDEUR

30 min • 72€

Ce soin à la senteur fraîche pour réveiller la peau et lui donner un coup d'éclat instantané. L'alliance de la sensorialité et de l'efficacité dans le nouveau soin visage certifié biologique Sothys Organics®.

Supplément

Accès 1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

22€
par pers.

LA DIGI-ESTHÉTIQUE®

MÉTHODE EXCLUSIVE mise au point par SOTHYS associant des techniques de digito-pressions et de modelages. Une parenthèse unique de bien-être dédiée au corps & à l'esprit...

Le Visage



SOIN LIFTING MOBILIFT M6® DE LPG 1h00 • 87€ Forfait 3 séances • 239€

COMBLER - RAFFERMIR - CLARIFIER - REDENSIFIER

Traitement breveté LPG® anti-âge, drainant et raffermissant du visage. Cet appareil permet de stimuler et de relancer la production du collagène et de l'élastine. Les contours du visage sont plus fermes, la peau est lissée et le teint est resplendissant.

SUBLIME REGARD & LÈVRES 30 min • 65€ Forfait 3 séances • 180€

Ce soin anti-âge ciblé estompe les poches et les cernes, lisse les rides du contour des yeux et de la bouche, repulpe les lèvres et réhausse les paupières pour ouvrir et défatiguer le regard.

Supplément

Accès 1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

22€
par pers.



Le Corps



— EXPERTISE MINCEUR

CELLU M6® ALLIANCE BREVETÉ

MINCEUR - RAFFERMISSEMENT

L'appareil Cellu M6® Alliance s'adapte à chaque type de peau pour un traitement sur-mesure. Il agit simultanément sur le destockage des graisses et la qualité de la peau. Véritable modelage «palper rouler» associé à un système d'aspiration pour affiner et remodeler votre silhouette.

Kit endermologie inclus.

LPG CORPS COMPLET



45 min • 75€
Forfait 3 séances • 199€
Forfait 10 séances* • 655€

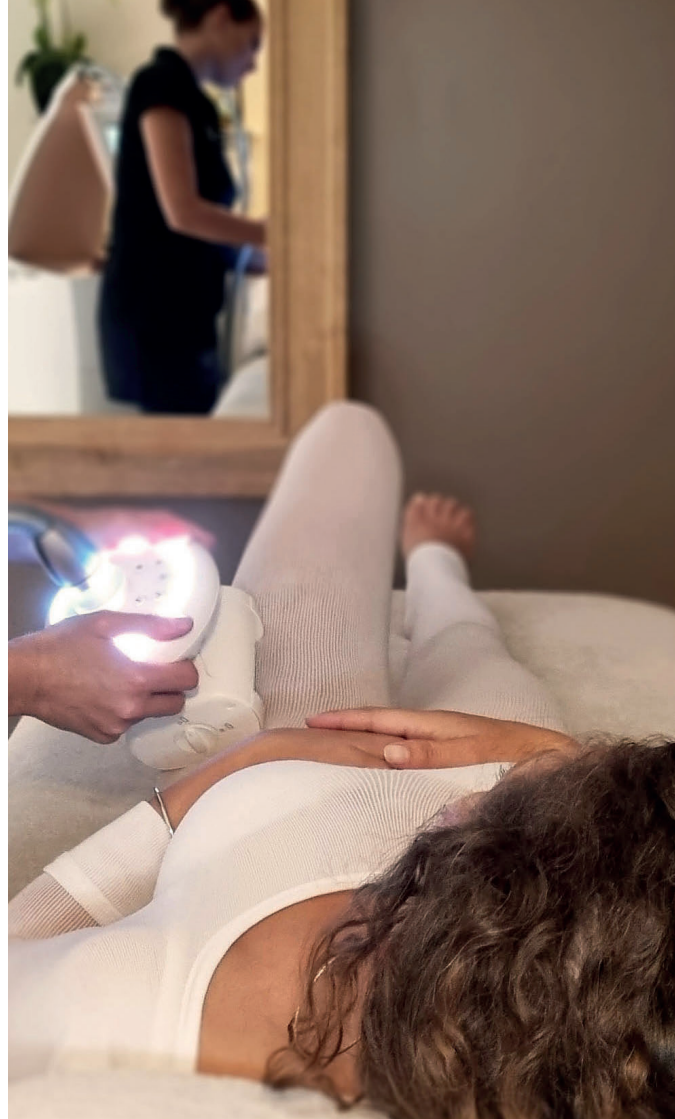
* 1 produit minceur offert

Supplément

Accès 1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

22€
par pers.

| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |



Les *Escapes*



ESCALE DÉTENTE

2h30 • 198€

Véritable cocktail de beauté et de détente pour le visage et le corps :

- Gommage aux sels
- Enveloppement cire d'abeille & beurre de karité
- Modelage zen aux huiles chaudes
- Soin visage Hydra Originel

ESCALE COCOON

1h30 • 140€

Pour se ressourcer en profondeur et retrouver une peau douce et satinée :

- Gommage aux cristaux de sel marin
- Enveloppement hydratant
- Modelage zen aux huiles chaudes

ESCALE DOUCEUR

1h00 • 98€

Rituel douceur pour sublimer votre peau :

- Gommage douceur aux sels marins
- Modelage corporel aux huiles chaudes : 2 zones au choix

ESCALE TROPICALE

1h00 • 98€

Rituel d'exception, une invitation aux notes tropicales :

- Modelage zen aux huiles chaudes
- Modelage visage

Inclus

Accès
1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

Les Rituels



Inclus

Accès
1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

RITUEL DÉTENTE ABSOLUE

1h00 • 98€

Ce soin débute par un enveloppement hydratant qui vous séduira par sa texture délicatement parfumée. Il est suivi d'un modelage ultra relaxant et décontractant du dos et du cuir chevelu. Un soin 100% cocooning.

RITUEL SOUS PLUIE MARINE

1h00 • 98€

Gommage tout en douceur, suivi d'un modelage aux huiles végétales qui se prolonge par une détente sous pluie marine, moment unique de relaxation en totale immersion.

RITUEL SPA MINCEUR P5

1h00 • 98€

Un soin minceur corps entier qui associe un massage tonique et un enveloppement aux algues, au parfum délicatement iodé, pour affiner les rondeurs, remodeler et tonifier la silhouette.

RITUEL SPA JAMBES LÉGÈRES

1h00 • 98€

Soin confort des jambes lourdes, son modelage spécifique active la microcirculation pour une profonde sensation de légèreté. Son enveloppement cryogénique vous apporte une fraîcheur intense.

RITUEL MAMAN CORPS

1h00 • 98€

Escale cocooning débutant par un enveloppement hydratant à base de beurre de karité associé à un modelage personnalisé 2 zones.


RITUEL HANAKASUMI™
1h15 • 132€
Un voyage au Japon

Un protocole unique d'inspiration japonaise : gommage aux gants, hydratation de tout le corps et modelage des pieds dans un rituel ressourçant et nourrissant aux notes douces et poudrées de fleur de cerisier et de lotus.

RITUEL SENSATION ORIENTAL
1h15 • 132€
Un voyage en Orient

Un protocole de soin exceptionnel puisé dans les rites ancestraux orientaux aux notes aromatiques de myrrhe et d'ambre : un onguent pour préparer le corps au gommage puis un modelage agrémenté d'une gestuelle exclusive Sothys pratiquée avec un gant de gommage inspirée des méthodes traditionnelles orientales.

RITUEL INDONÉSIE™
1h15 • 132€
Un voyage ancestral en Asie

Exode sensoriel santal & jasmin aux effluves fleuries, épicées et boisées. Ce soin qui combine un massage global du corps et un rituel respiratoire, procure un bien-être puissant du corps et de l'esprit à travers un rééquilibrage des énergies.

Inclus

Accès
 1/2 journée
 Club Fitness
 & Bien-être

Les Modelages



MODELAGE ZEN

30 min • 72€

Ce modelage de détente musculaire du dos et de l'arrière des jambes apporte un lâcher prise général du corps. Succession de manœuvres douces et profondes qui décontracte toutes les zones du dos : cervicales, dorsales, lombaires et sacrées.

MODELAGE RELAXANT THALASSO

30 min • 72€

Modelage relaxant du dos et de l'arrière des jambes aux huiles originelles. Ce soin vous offre les bénéfices d'un concentré d'actifs végétaux naturels. Un moment unique de décontraction pour une peau plus souple et délicatement parfumée.

MODELAGE 100% SUR MESURE

2 zones 30 min • 72€

3 zones 45 min • 87€

Choisissez votre voyage sensoriel à travers nos huiles aromatiques du monde. Selon votre besoin, modelage dos/ visage / cuir chevelu / mains, pieds ou jambes...

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE

30 min • 72€

Allongé sous une pluie d'eau de mer chaude mêlée aux huiles végétales délicatement parfumées, ce modelage apaise les tensions et procure une relaxation intense.

RELAX DOS PHYTOMER

30 min • 70€

Un modelage du dos ultra-relaxant, suivi de l'application de la boue marine auto-chauffante le long de la colonne vertébrale, pour une détente absolue et une détoxination optimale.

MODELAGE KANSU

30 min • 64€

Modelage Ayurvédique des pieds au bol Kansu aux métaux de cuivre, argent, zinc, inspiré des traditions Indiennes. Relaxant, rééquilibre l'énergie, favorise le sommeil et apaise le mental.

MODELAGE TRÉSOR DES MERS

PHYTOMER

Un modelage très fluide, inspiré de l'Ayurvêda qui invite au lâcher prise et à la relaxation totale. Progressivement, l'énergie circule à nouveau dans tout le corps qui gagne en légèreté et en sérénité, comme en apesanteur.

1h00 • 99€

MODELAGE CALIFORNIEN

Modelage par des mouvements fluides et continus. Une expérience enveloppante pour apaiser les tensions musculaires et rétablir l'équilibre nerveux.

1h00 • 99€

MODELAGE HARMONIE

100% naturel - Modelage aromatique relaxant inspiré du shiatsu pour dénouer les tensions, activer la microcirculation et relancer l'énergie du corps. Retrouvez une sérénité, une harmonie certaine entre le corps et l'esprit.

1h00 • 99€

MODELAGE «AYURVÉDIQUE» AUX POCHONS D'ORIENT

Modelage inspiré des techniques traditionnelles de l'ayurvêda Indien. Des ballotins gorgés d'huiles chaudes et d'écorces d'orange sont utilisés pour drainer, stimuler la circulation, dénouer les tensions et rééquilibrer le corps.

1h00 • 99€

MODELAGE POLYNÉSIE

Modelage fluide et profond à l'huile parfumée à la fleur de tiaré pour une évasion dans les lagons du Pacifique. Soin réalisé avec les mains, coudes et avant-bras. Dissout les tensions et apporte une sensation de bien-être intense.

1h00 • 99€

FORFAIT DE 3 MODELAGES 1H AU CHOIX

Valable 6 mois • 264€

| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |



SOIN BIEN-ÊTRE DU DOS

1h00 • 95€

Idéal pour dénouer les tensions accumulées dans le dos. Gommage aux sels pour préparer l'épiderme au soin. Modelage relaxant des cervicales aux lombaires réalisé avec une huile chaude. Application d'un masque chaud aux algues qui décontracte et apporte des oligo-éléments.

♥ *Soin signature*

MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES

1h00 • 99€

Des pierres basaltiques chaudes enduites d'essences aromatiques sont utilisées pour masser tout le corps. Inspirée des Indiens d'Amérique, expérience ressourçante pour diminuer les tensions musculaires et le stress, apaiser le corps et l'esprit.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

45 min • 85€

Modelage et stimulation par pressions des zones réflexes de la plante des pieds pour rééquilibrer le corps. Réelle source de bien-être général pour libérer les tensions, éliminer les toxines et redynamiser l'organisme.

Le conseil CÔTE OUEST

♥ Préparez votre peau avec le gommage aux sels. 30 min • 70€

Supplément

Accès 1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

22€
par pers.

Les Duos*

MODELAGE DUO BIEN-ÊTRE DU DOS

Idéal pour dénouer les tensions accumulées dans le dos. Gommage aux sels pour préparer l'épiderme au soin. Modelage relaxant des cervicales aux lombaires réalisé avec une huile chaude. Application d'une boue marine chauffante qui décontracte et apporte des oligo-éléments.

ESCALE DUO TROPICALE

Rituel d'exception, une invitation sensorielle sous les tropiques :

- Modelage Zen aux huiles chaudes
- Modelage visage

RITUEL DUO DÉTENTE ABSOLUE

Ce soin débute par un enveloppement hydratant qui vous séduira par sa texture délicatement parfumée. Il est suivi d'un modelage ultra relaxant et décontractant du dos et du cuir chevelu. Un soin 100% cocooning.

MODELAGE DUO CALIFORNIEN ❤️

Modelage par des mouvements fluides et continus. Une expérience enveloppante pour apaiser les tensions musculaires et rétablir l'équilibre nerveux.

SOIN VISAGE HYDRA ORIGINEL DUO | SOIN AUX ALGUES BIO PHYTOMER

HYDRATANT REPULPANT

Un soin qui conjugue hydratation et détente intense en associant des ingrédients marins bio, des produits aux textures ultra-sensorielles et un massage relaxant. La peau retrouve confort et éclat. Elle est repulpée et reposée.

DU LUNDI
AU VENDREDI

1h00 • 194€

1h00 • 198€

1h00 • 198€

1h00 • 204€

1h00 • 184€

SAMEDI,
DIMANCHE ET
FÉRIÉS

1h00 • 204€

1h00 • 208€

1h00 • 208€

1h00 • 214€

1h00 • 194€

Inclus

Accès sur la même
1/2 journée
au Club Fitness
& Bien-être

* TARIFS POUR 2 PERSONNES.

| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |



RITUEL DUO MAMAN & ENFANT

Pour la maman,

SOIN VISAGE SAISONNIER PAR SOTHYS

Ce soin est un concept inédit, véritable bol d'oxygène associé à un cocktail de minéraux & de vitamines. Il révèle l'éclat de la peau à chaque saison.

Pour l'enfant, à partir de 8 ans.

SOIN GOURMAND DU VISAGE PAR NOUÛATINE

Rituel de soins comprenant : un nettoyage de la peau, un masque nourrissant, un modelage du visage, du cuir chevelu, des mains et des bras et une hydratation des lèvres.

DU LUNDI
AU VENDREDI

1h00 • 172€

SAMEDI,
DIMANCHE ET
FÉRIÉS

1h00 • 182€

Inclus

Accès sur la même
1/2 journée au
Club Fitness
& Bien-être

* TARIFS POUR 2 PERSONNES.

A PARTIR DE 16 ANS : ACCÈS HAMMAM, SAUNA & SALLE DE FITNESS ÉGALEMENT INCLUS.
| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |

Les Escales Privilèges



Vivez une expérience multi-sensorielle à deux dans notre SUITE PRIVILÈGE, un espace entièrement dédié au bien-être. Face à l'océan, vous découvrez les plaisirs d'un rituel à deux : hammam, modelage relaxant et jacuzzi d'eau de mer. Pour sublimer cet instant : une coupe de champagne, quelques mignardises ... un plaisir partagé, une escale inoubliable !

Inclus

Accès journée
Club Fitness
& Bien-être

ESCALE DUO PRIVILÈGE

50 min de modelage duo californien

ESCALE DUO PRIVILÈGE «BIEN-ÊTRE DU DOS»

50 min de soin bien-être du dos

ESCALE DUO PRIVILÈGE

30 min de modelage duo zen



DU LUNDI
AU VENDREDI

2h30 • 340€

2h30 • 315€

1h30 • 255€

SAMEDI,
DIMANCHE ET
FÉRIÉS

2h30 • 360€

2h30 • 335€

1h30 • 275€

* TARIFS POUR 2 PERSONNES.

| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |

La Bulle en Duo



BULLE DUO

1/2 journée • 1 soin en duo • 134€*

Un moment complice en Thalasso dans notre espace dédié...

Lumière douce, atmosphère cocooning, tout a été pensé pour vous offrir une délicieuse parenthèse à deux.

1 bain à partager en duo aux sels des lagons



Le plus : un moment de plaisir à 2 !

Une coupe de champagne à savourer pendant le soin, musique, chromothérapie ...ambiance multisensorielle.

“

Une bulle, c'est une véritable introduction au **bien-être** ...
un **moment suspendu**
dans le temps en Thalasso...

Inclus

Accès
1/2 journée
Club Fitness
& Bien-être

* TARIFS POUR 2 PERSONNES.

| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |

Les Bulles en Solo



BULLE MARINE

1/2 journée • 2 soins • 97€

2 soins d'hydrothérapie parmi :
enveloppement d'algues laminaires, détente sous pluie marine, jet tonique
modelant, lit hydromassant multisensoriel, bain chromothérapie, jets sous-
marins ou relaxation aquatique.

Inclus accès 1/2 journée Club Fitness & Bien-être

BULLE MULTISENSORIELLE

1 jour • 2 soins • 159€

1 lit hydromassant multisensoriel ou bain chromothérapie aux sels de
bain

1 soin bien-être du dos : gommage aux cristaux de sel marin, modelage
relaxant suivi de l'application d'une boue auto chauffante.

BULLE SÉRÉNITÉ INTENSE

1 jour • 3 soins • 159€

1 enveloppement relaxant «Sérénité»

1 modelage relaxant ou modelage sous pluie marine

1 bain chromothérapie aux sels de bain

BULLE ESSENTIELLE

1 jour • 4 soins • 188€

1 modelage relaxant ou modelage sous pluie marine

1 enveloppement d'algues laminaires ou détente sous pluie marine

1 bain chromothérapie ou lit hydromassant multisensoriel

1 jet sous-marin ou relaxation aquatique

Inclus

Accès journée
Club Fitness
& Bien-être

Les Bulles maman & enfants





BULLE MAMAN

1 jour • 3 soins • 125€

À PARTIR DU 4^E MOIS DE GROSSESSE (sauf avis contraire du médecin)

- 1 bain à bulles doux
- 1 enveloppement hydratant ou enveloppement d'algues
- 1 relaxation aquatique ou lit hydromassant

BULLE'ADO

1 jour • 3 soins • 142€

DE 12 À 17 ANS

- 1 soin visage ado avec coaching beauté
- 1 lit hydromassant
- 1 modelage du dos

Accès à la piscine inclus sur la journée.*

Inclus

Accès journée
Club Fitness
& Bien-être

* A PARTIR DE 16 ANS : ACCÈS HAMMAM, SAUNA & SALLE DE FITNESS ÉGALEMENT INCLUS.
| LE TEMPS DE SOIN COMPREND L'INSTALLATION EN CABINE |

Les Bulles avec déjeuner



BULLE MARINE & DÉJEUNER EN SEMAINE (du lundi au samedi)

1 jour • 2 soins • 1 déjeuner au Restaurant • 130€

2 soins d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues laminaires, détente sous pluie marine, jet tonique modelant, lit hydromassant multisensoriel, bain chromothérapie, jets sous-marins ou relaxation aquatique.

+ MENU PAQUEBOT 2 PLATS (hors boissons)

BULLE MARINE & BUFFET DU DIMANCHE

1 jour • 2 soins • 1 déjeuner au Restaurant • 170€

2 soins d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues laminaires, détente sous pluie marine, jet tonique modelant, lit hydromassant multisensoriel, bain chromothérapie, jets sous-marins ou relaxation aquatique.

+ BUFFET DE FRUITS DE MER ET DE DESSERTS DU DIMANCHE MIDI (hors boissons)

BULLE GOURMANDE

1 jour • 2 soins • 1 déjeuner au Bar Lounge • 122€

2 soins d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues laminaires, détente sous pluie marine, jet tonique modelant, lit hydromassant multisensoriel, bain chromothérapie, jets sous-marins ou relaxation aquatique.

+ PLATEAU GOURMAND À DÉGUSTER AU BAR LOUNGE (plat, dessert et bouteille d'eau)



Le Club

— FITNESS & BIEN-ÊTRE

CLUB FITNESS

Ouvert sur l'océan et la Baie des Sables d'Olonne, un panel de services dédiés à la forme & au bien-être :

- Salle de Fitness.
- Salon Zen
- 2 Jacuzzis
- Hammam aux couleurs orientales
- Sauna
- Fontaine à glace
- Terrasse extérieure

À LA CARTE - Cours collectifs & coaching personnalisé

CLUB BIEN-ÊTRE - Piscine d'eau de mer chauffée à 31° & parcours Hydromarin

Véritable atout en Thalasso, ce parcours offre un moment de bien-être grâce au mouvement de l'eau de mer sur le corps à plus ou moins grande intensité. 6 animations à découvrir : jets sous-marins, col de cygne, jacuzzi, couloir de marche à contre-courant, banquettes bouillonnantes, couloir de nage. Le plaisir se prolonge sur nos terrasses, avec l'océan pour horizon.

Nos espaces nouvellement créés viennent parfaire une offre complète détente, forme & vitalité, toujours face à la mer : Salon Zen de 100m² au charme exotique et Grand Jacuzzi d'eau de mer avec vue imprenable sur la mer.





CLUB FITNESS



DU LUNDI
AU VENDREDI

8:30 - 12:45
15:00 - 20:30

SAMEDI
DIMANCHE

8:30 - 12:45
15:00 - 19:30

CLUB BIEN-ÊTRE



DU LUNDI
AU VENDREDI

10:00 - 12:00
15:00 - 20:30

SAMEDI
DIMANCHE

10:00 - 12:45
15:00 - 19:30

ENTRÉE 1/2 JOURNÉE - SEMAINE

(du lundi au vendredi - hors vacances)

MATIN

33€

APRÈS-MIDI

38€

ENTRÉE 1/2 JOURNÉE

(weekends, vacances et jours Fériés)

MATIN

40€

APRÈS-MIDI

45€



Accès sur réservation & selon disponibilités.
Tél. 02 51 21 77 93/92

Serviettes, peignoirs, sandales **NON FOURNIS.**
Peignoirs disponibles à la location • 7€.

TOUT SAVOIR

avant vos soins Thalasso & Spa

Que faut-il savoir avant de venir en Thalasso ?

Il n'est pas possible de modifier le contenu des Forfaits. Soins programmés avant votre arrivée, en alternance. Si vous séjournez à l'hôtel, les soins débutent le lendemain de votre arrivée.

Nous demandons aux curistes de se présenter 30min avant le début des premiers soins. Annulation possible jusqu'à 24H avant les soins. A défaut, nous facturons la totalité (sauf cas de force majeure). En cas de retard, la durée de soin est réduite ou annulée.

Des vestiaires sont mis à disposition pour vous changer. Nous vous recommandons de ne pas emmener d'objets de valeur, d'enlever vos bijoux avant d'aller en soins. Nous déclinons toute responsabilité quant à la perte ou le vol des effets personnels.

Que dois-je prévoir pour un séjour Thalasso ?

- Maillot de bain (idéalement 2) : seuls les shorts courts, boxers de bain, maillots 1 ou 2 pièces sont autorisés.
- Sandales anti-dérapantes
- Tenue de sport, chaussures de salle propres et serviette pour l'utilisation des installations.

Mise à disposition d'un peignoir et serviettes (à partir d'une journée de soins). Maillot de bain obligatoire pour tous les soins du corps ou sous-vêtements jetables. Un sac curiste vous sera offert.

Y'a-t-il des contre-indications médicales ?

- Une fiche de renseignements / santé obligatoire est à compléter à votre arrivée.
- Un certificat médical de moins de trois mois de non contre-indications à la pratique de la Thalasso pour les forfaits de 4 jours et plus. A défaut vous sera présentée sur place une décharge médicale.
- La Thalassothérapie peut être contre-indiquée dans certains cas : affections cardio-vasculaires, maladies infectieuses et contagieuses, maladies de peau (sauf psoriasis), allergie à l'iode, déficience immunologique, maladies cancéreuses, troubles psychiatriques...
- Signaler à la réservation si vous êtes concernés par toute situation mentionnée ci-contre : Grossesse en cours, fragilité cardiaque ou liée à la circulation veineuse, mobilité réduite, traitement médical spécifique, opération récente,...

La Direction se réserve le droit d'annuler ou de modifier, sans préavis les prestations réservées, si les conditions d'exécution de celles-ci se révélaient incompatibles avec la formation de nos hydrothérapeutes et de nos esthéticiennes (état de santé, autonomie...).

La thalasso pour qui ?

Notre équipe, composée de praticiens et praticiennes expérimenté·e·s, propose des soins à partir de 18 ans.

Des formules spécialement conçues pour les plus jeunes sont également disponibles :

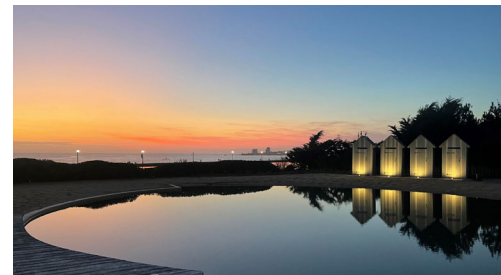
- Rituel Visage Duo Maman & Enfant – à partir de 8 ans
- Bull'Ado – pour les jeunes de 12 à 17 ans

Les soins destinés aux mineurs s'effectuent sous la surveillance d'un représentant légal et nécessitent la signature d'une décharge.

L'accès au hammam, au sauna et à la salle de fitness est réservé aux personnes de 16 ans et plus.

Une femme enceinte peut-elle effectuer des soins de thalasso ?

Tout à fait, nous avons créé des soins pour vous, les formules « Mamans & Futures Mamans » ! C'est au cours du deuxième trimestre de grossesse et jusqu'au 7e mois qu'il est possible de faire une thalasso, à condition de présenter une grossesse sans risques, ni complications. Certains soins sont néanmoins déconseillés, comme l'accès sauna, hammam, jacuzzi, jets. La présentation d'un certificat médical est obligatoire pour pouvoir démarrer les soins.



LEXIQUE



Profitez d'une pause Gourmande au Bar Lounge durant votre journée de Thalasso. Flashez le code pour découvrir la carte du moment.

Thalasso

• ENVELOPEMENT

L'ensemble du corps est recouvert d'une texture exceptionnelle de douceur dont les bienfaits sont accentués par l'effet d'un matelas chauffant. L'action des algues laminaires va reminéraliser et revitaliser le corps en profondeur.

• DOUCHE SOUS MARINE

Un(e) expert(e) Thalasso modèle votre corps à l'aide d'un jet à intensité variable. Le corps est immergé jusqu'aux épaules dans une baignoire. Ce soin complet décontracte en profondeur et stimule la circulation.

• MODELAGE SOUS PLUIE MARINE

Allongé(e) sous une pluie d'eau de mer chaude, vous profitez d'un modelage aux huiles qui apaise les tensions et apporte une sensation de plénitude et de bien-être.

• GOMMAGE SOUS PLUIE MARINE

Allongé(e) sous une pluie d'eau de mer chaude, vous profitez d'un gommage aux sels marins à base d'extraits végétaux naturels qui élimine les impuretés et laisse une peau douce hydratée.

• RELAXATION AQUATIQUE

Cette séance en piscine chauffée à 34°, le corps semi-immergé dans l'eau, permet de vivre un moment de profonde détente physique et mentale.

• JETS SOUS MARIN

En bassin d'eau de mer chaude, notre expert(e) thalasso vous guide grâce à une série d'exercices simples et coordonnés face aux jets sous-marins. Ce soin assouplit les articulations, décontracte les muscles et stimule la circulation.

• MODELAGE

Le modelage est un massage utilisant des techniques manuelles d'effleurages et de pressions qui ont une action sur le bien-être.

• LIT HYDROMASSANT MULTISENSORIEL

Allongé(e) sur un matelas d'eau tiède, votre corps est massé de la tête aux pieds. Sous l'effet de la luminothérapie associée à la musicothérapie, ce soin dissout les tensions et apporte une sensation de bien-être intense.

• BAIN CHROMOTHÉRAPIE

Ce drainage en baignoire de l'ensemble du corps est réalisé par de nombreux jets, assouplit les muscles et les articulations. La chromothérapie, les sels de bain parfumés et les algues viennent renforcer son efficacité. Ce soin apporte une solution au stress quotidien et permet de retrouver le sommeil.

• DÉTENTE SOUS PLUIE MARINE

Allongé(e) sous une pluie fine d'eau de mer chaude, ce soin vous apporte une relaxation totale pour l'apaisement du corps et de l'esprit.

• JET TONIQUE MODELANT

Jet d'eau de mer prodigué par notre expert(e) Thalasso sur l'ensemble de votre corps en position debout. Il favorise le tonus et la vitalité, stimule la circulation sanguine et il agit de manière rapide sur la décontraction musculaire.

Activités sportives

• AQUAGYM MARINE

Cette séance en piscine permet de tonifier et revitaliser le corps en profondeur tout en bénéficiant des atouts du milieu marin.

• CRYOTHÉRAPIE

Une technologie de pointe au service du Mieux-Être. Une immersion du corps dans un froid sec entre -110°C et -130°C pendant 3 minutes aux bienfaits reconnus sur le stress, la fatigue, le sommeil, la douleur...

• COACHING SPORTIF

Un programme adapté à vos objectifs. Séance individuelle de 30 min à 3 heures avec l'un de nos coachs sportifs diplômés.



Entretien personnalisé Fleurs de Bach

En complément de vos soins en Thalasso, nous vous proposons sur demande, un entretien personnalisé avec notre spécialiste en Fleurs de Bach. Le bien-être du corps et de l'esprit est renforcé par le bien-être émotionnel...

Offrir un BON CADEAU



Rendez-vous sur
www.coteouest.secretbox.fr



Réservez votre cadeau
sur notre site dédié ou
directement à l'accueil
Thalasso & Spa



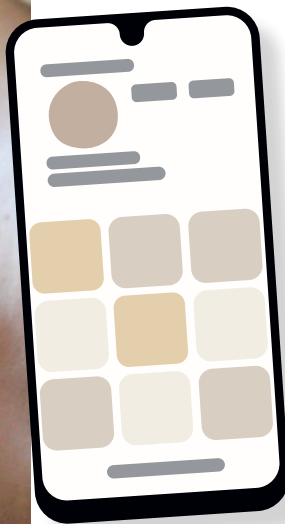
**Choisissez et
personnalisez**
votre cadeau parmi nos
meilleures prestations :
hôtel, thalasso, spa, restaurant,
club fitness & bien-être...



Recevez votre bon cadeau
par email dès l'instant où
votre commande est validée
en ligne ou par courrier
(selon délais postaux / frais de port)



Réservez
VOS SOINS BIEN-ÊTRE
en ligne



Choisissez & Réservez
votre expérience bien-être :

- Journée Thalasso
- Soin Spa Beauté
- Accès 1/2 journée
au Club Fitness & Bien-être

Rendez-vous sur
www.hotel-coteouest.com



Hotel • Thalasso & Spa

Informations & Réservations

THALASSO

+33 (0)2 51 21 77 92

SPA BEAUTÉ

+33 (0)2 51 21 77 73

CLUB FITNESS & BIEN-ÊTRE

+33 (0)2 51 21 77 93

Tarifs susceptibles d'évoluer en cours d'année. Tarifs valables jusqu'au 30/11/2026.



Route du Tour de France - CS 20339 - 85109 LES SABLES D'OLONNE Cedex
+33 (0)2 51 21 77 77 - H1078@accor.com

