



# THALACAP

LES SAINTES MARIES DE LA MER



## L'ESPRIT THALASSO

HÔTEL ★★★ - RESTAURANT - THALASSO & SPA





THALACAP

LES SAINTES MARIES DE LA MER

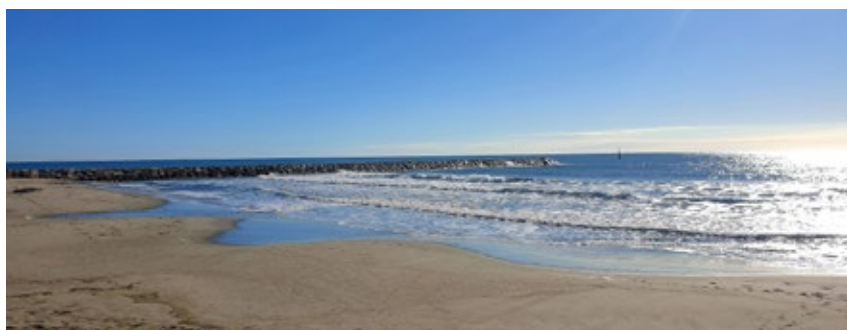


HARMONISER  
LE CORPS ET L'ESPRIT...

# UN SOUFFLE NOUVEAU À THALACAP



## L'ESPRIT DE LA CAMARGUE À FLEUR DE PEAU



Professionnel de la Thalassothérapie depuis plus de 40 ans, Thalacap reste fidèle aux bienfaits de l'eau de mer. Notre établissement spécialiste des cures à l'eau de mer, revitalisantes ; et des cures axées sur le massage, apaisantes, est le point d'entrée idéal dans votre recherche de bien-être et d'équilibre. Notre méthode de soins reconnue est basée sur une prise en charge individuelle.

Un large choix de cures thématiques saura répondre à vos besoins et à vos envies. Nos protocoles de soins travaillés et éprouvés ont été établis avec précision. Situé au sein du Parc Naturel Régional de Camargue, votre séjour vous permettra de découvrir les richesses de cette région authentique : ses vastes étendues sauvages et ses plages de sable fin.



# SOMMAIRE



## 06.

LES SAINTES-MARIES-  
DE-LA-MER  
Un vent  
de liberté

## 08.

L'HÔTEL  
Des chambres  
spacieuses

## 10.

UN RESTAURANT  
PANORAMIQUE  
Une vue  
exceptionnelle  
sur la mer !

## 12.

UN BAR LOUNGE  
ET GOURMAND  
Une invitation  
au voyage

## 14.

UN ESPACE  
BIEN-ÊTRE  
Rééquilibrer et  
réharmoniser votre  
corps

## 19.

LES CURES THÉMATIQUES  
écouter ses besoins et  
ses envies, se sentir bien  
dans son corps

## 20.

LES CURES  
REMISE EN FORME

## 22.

LES CURES  
SILHOUETTE MINCEUR

## 24.

LES CURES  
JEUNESSE & BEAUTÉ

## 26.

LES CURES  
VITALITÉ

## 28.

LES CURES ZEN





**30.**  
LA MINI-CURE  
BIEN-ÊTRE

**31.**  
LA MINI-CURE  
BODY SCULPT

**32.**  
LA CURE GESTION  
DU STRESS

**33.**  
LA CURE  
ÉVASION FRAÎCHEUR

**35.**  
LES COCKTAILS  
DE SOINS

Découvrir la thalasso  
à votre rythme, grâce  
à une sélection de  
cocktails de soins

**36.**  
LES INTENSÉMENT  
THALASSO

**38.**  
LES INTENSÉMENT SPA

**40.**  
LES SPÉCIFIQUES

**42.**  
LES NOUVEAUTÉS

**43.**  
ZOOM SUR  
L'AQUATIZER

**44.**  
LE SOIN PRESTIGE :  
LE THALARIDAYA

**45.**  
LA JOURNÉE PRESTIGE

**47.**  
LES SOINS A LA CARTE

**54.**  
LES TARIFS

**57.**  
LES IDÉES CADEAUX

**58.**  
OÙ NOUS TROUVER !



# DE NOTRE DAME DE LA MER AUX SAINTES-MARIES DE-LA-MER



## UN VENT DE LIBERTÉ



Fuyant la Palestine à bord d'une barque sans gouvernail, les fidèles de Jésus, Marie Salomé, Marie Jacobé et Marie Madeleine, accompagnées de leur servante Sara, débarquèrent sur la plage du lieu-dit Notre Dame de Ratis qui à la suite de cet événement miraculeux fut renommée Notre Dame de la Mer avant de recevoir le nom définitif de Saintes-Maries-de-la-Mer en leur honneur en 1838.

Si Marie Salomé, Marie Jacobé et Marie Madeleine sont honorées partout en Provence, les Saintes Maries de la Mer sont beaucoup plus connues pour Sara la Noire, aussi nommée la Vierge Noire, elle, honorée par la communauté Gitane de toute l'Europe. Durant les processions des Saintes,

une immersion rituelle est réalisée dans la mer, celle de Sara précédant d'un jour celle des Maries. Cette tradition provençale, est effectuée depuis des siècles mais seulement depuis 1936 pour Sara la Noire. Ces rituels s'accompagnent de processions, et durant le 17ème siècle, les Camarguais marchaient jusqu'à la plage pour aller s'agenouiller dans l'eau et se prosterner.

Le village des Saintes Maries de la mer se situe en plein milieu de la Camargue, sur la côte méditerranéenne. Il offre aux visiteurs une plage de sable fin, une nature préservée avec marais salants, étangs, chevaux et taureaux dans des espaces restés sauvages.

Le Parc Naturel Régional de Camargue est unique en Europe. Situé à l'intérieur du delta du Rhône, sur la Méditerranée, il s'étend sur 3 communes, Arles, Port Camargue et Les Saintes Maries de la Mer.

Port Saint Louis du Rhône est célèbre pour sa tour érigée en 1737 à l'embouchure du Rhône qui servait de poste de garde et de phare.

Le village d'Arles est classé au patrimoine mondial de l'UNESCO pour son amphithéâtre romain qui est l'un des plus beaux et des mieux conservés au monde.





# DES CHAMBRES SPACIEUSES



## POUR LE PLUS GRAND CONFORT



L'architecture typiquement camarguaise de l'hôtel se fond dans un décor naturel et authentique. Les chambres sont reliées à l'institut de thalassothérapie et offrent un accès direct à la plage par les jardins. Le village des Saintes Maries de la Mer, à 5 minutes à pieds par le bord de mer, est un atout très apprécié.

L'hôtel dispose de **65 chambres de 25 à 35 m<sup>2</sup>**, de différentes catégories, climatisées avec lits jumeaux ou lits doubles, et de

**5 chambres "premium" de 35 m<sup>2</sup>**, avec lit double king size. Elles sont dotées d'une terrasse en rez-de-jardin ou d'un balcon à l'étage.

### LES ÉQUIPEMENTS

- ~ salle de bain avec douche ou baignoire
- ~ sèche cheveux
- ~ écran plat avec des chaînes TV françaises et internationales
- ~ coffre-fort individuel
- ~ plateau de courtoisie (bouilloire, machine à café, dosettes, eaux minérales)
- ~ mini-bar
- ~ wifi

### LES +

Les chambres "premium" sont équipées de salle de bain avec douche et baignoire vue sur la mer, d'une pièce supplémentaire équipée d'une chauffeuse pouvant accueillir une troisième personne ou servir de dressing.

### LES SERVICES

- ~ **parking privé** sous vidéosurveillance (payant)
- ~ **navette** pour transfert aéroports et gares (payant)







# UN RESTAURANT PANORAMIQUE

## UNE VUE EXCEPTIONNELLE SUR LA MER



Face à la mer et à l'abri des regards, découvrez « Le Grain de Sel », notre restaurant panoramique, sa cave à vins et sa carte de produits frais et locaux. Notre chef et son équipe se réinventent à chaque saison pour proposer à la fois les grands classiques de la gastronomie et des saveurs oubliées. Conçus pour renforcer votre système immunitaire, accompagner votre perte de poids et vous remplir d'énergie, nos menus sont préparés sainement et simplement.



L'été, la cuisine extérieure se transforme en un chaleureux point de rendez-vous à l'occasion d'une bonne grillade au feu de bois. Point de départ de soirées romantiques ou festives, notre restaurant garantit des moments d'exception. Mention spéciale pour le petit déjeuner qui offre une large gamme de produits faits maison (confitures, pâte à tartiner, compotes, yaourt, cake...) bons pour l'organisme.





# UN BAR LOUNGE ET GOURMAND

## UNE INVITATION AU VOYAGE



Le voyage entrepris grâce au menu de notre restaurant "Le Grain de Sel" continue au bar de l'établissement, ouvert aux curistes et aux voyageurs. Joutant la terrasse de notre restaurant, il propose une large variété de boissons au sein de laquelle on retrouve des élixirs détox revitalisants (riches en vitamines, antioxydants, calcium, phosphore...), une large sélection de cocktails enivrants et surtout une cave à vins à faire pâlir les amoureux de crus locaux, hexagonaux comme internationaux.



Ambiance plage l'été avec notre bar piscine en journée ou ambiance cosy en soirée avec coucher du soleil sur la Méditerranée et concert acoustique...

Venez vous détendre et surprendre vos papilles !





# UN ESPACE BIEN-ÊTRE



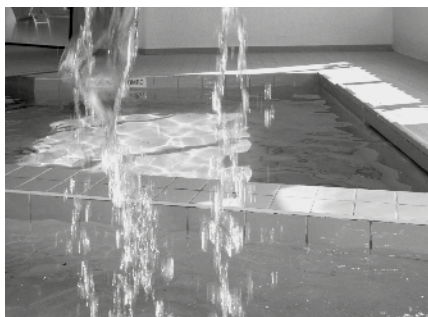
## RÉÉQUILIBRER ET RÉHARMONISER VOTRE CORPS



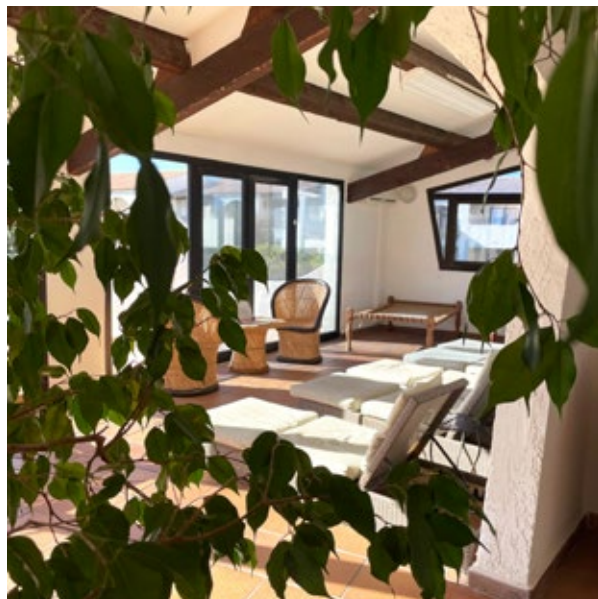
**Se sentir vivant, vivifié, tonique... La recette simple du bien-être par Thalacap Camargue. Découvrez nos espaces uniques et mille façons de puiser le bonheur à la source.**

### L'ESPACE MARIN

- ~ Une piscine d'eau de mer chauffée, équipée de cols de cygnes, de jets pulsés massants, d'un bain à remous et d'une cascade d'eau de mer chaude pour se relaxer.
- ~ Un bassin de marche en eau fraîche pour stimuler et relancer la circulation veineuse et lymphatique.
- ~ Un sauna et un hammam pour des séances détoxifiantes.



- ~ Des activités aquatiques quotidiennes pour lesquelles la résistance de l'eau, cinq fois plus importante que celle de l'air, permettra un travail musculaire en profondeur.



### L'ESPACE FORME

~ Une salle de cardio-fitness pour développer, tester et vérifier votre endurance : tapis de course, vélo elliptique, steppeurs, rameur...

~ Des activités quotidiennes de remise en forme pour retrouver de l'aisance, de la souplesse et une dynamique corporelle :  
ETIREMENTS - RELAXATION -  
ABDOS FESSIERS -  
RENFORCEMENT  
MUSCULAIRE- EVEIL  
MUSCULAIRE -  
STRETCHING -  
OXY-ZEN - YOGA.

### L'ESPACE DÉTENTE

~ Des solariums intérieurs et extérieurs pour se reposer.  
~ Une tisanière pour s'hydrater.



**Conseils :** Prévoir une tenue de sport pour les cours de gym ainsi que l'accès à la salle de cardio-fitness. Les shorts de bain et bermudas sont interdits pour la piscine intérieure.

\*Pour tout achat de soin d'un montant minimum de 50€/personne



## LA BOUTIQUE

Thalacap s'engage pour des produits made in France.

### LES COSMÉTIQUES PHYTOMER

Des produits de cosmétique marine à la pointe de la biotechnologie marine, les soins Phytomer allient efficacité et plaisir pour retrouver une peau saine et révéler une beauté authentique, naturelle et vivante.

Des produits faits en Bretagne avec passion :

- ~ sûrs et naturels
- ~ bio, sauvages et écologiques
- ~ responsables et engagés.

### ARC-EN-SEL

Des produits bio et équitables, transformés en France.

### LE PLASMA MARIN, SEA-AQUACELL'S

Le plasma marin est puisé par marée haute dans le vortex de la baie de Saint-Malo (zone protégée Natura 2000) pour récupérer l'eau de la haute mer. La présence d'une abondance de phytoplanctons actifs est preuve d'une eau de mer d'excellente qualité.

Pour optimiser les bienfaits de vos soins, le plasma marin en solution buvable 100 % naturelle constitue un merveilleux reminéralisant et énergisant pour le corps.

### PHYTOFRANCE

Des plantes sèches, tisanes et infusions biologiques.

Des plantes médicinales à l'état sec que vous pourrez goûter pendant votre séjour.





## LES BIENFAITS DE LA THALASSOTHÉRAPIE

La mer pour la richesse de ses éléments et la Méditerranée pour ses vertus sédatives font de la thalasso une source de bien-être.

**LES ALGUES** présentent une très forte concentration en éléments minéraux (iode, calcium, phosphore, potassium, magnésium...), oligo-éléments, vitamines et acides aminés. En application sur la peau, elles sont revitalisantes et reminéralisantes.

**LES BOUES MARINES**, véritable concentration ionique, ont un fort pouvoir antalgique naturel sur les douleurs articulaires.

**L'AIR MARIN** est sain. Il est riche en oligo-éléments et minéraux. Les embruns marins, chargés en ions négatifs sont bénéfiques pour lutter contre les allergies respiratoires, les pathologies pulmonaires ou encore le sevrage tabagique.



## LE JET SOUS-MARIN, SOIN EMBLÉMATIQUE DE LA THALASSO

On désigne par jet sous-marin un bassin d'eau de mer chauffée, d'1.20 m de profondeur.

Les parois de ce bassin sont équipées de jets mobiles devant lesquels le curiste se déplace en suivant les indications d'un praticien. Parce que le corps est immergé dans l'eau, il peut supporter sans douleur la puissance du jet. Ces séances dénouent les tensions musculaires et articulaires, drainent et éliminent les toxines, relancent la circulation et remodelent la silhouette.





# UNE CURE IDÉALE



## ÉCOUTER SES BESOINS ET SES ENVIES, SE SENTIR BIEN DANS SON CORPS



**Les soins sont répartis sur des demi-journées  
en alternance matin et après midi.**

Bénéficier de cette demi-journée libre vous permettra :

- ~ d'ajouter des soins pour augmenter les bienfaits de la cure choisie,
- ~ de profiter de l'espace bien-être,
- ~ d'être attentif à vos différentes réactions et ressentis et d'y répondre favorablement (sommeil, oxygénation, marche, sport, soleil, baignade...).



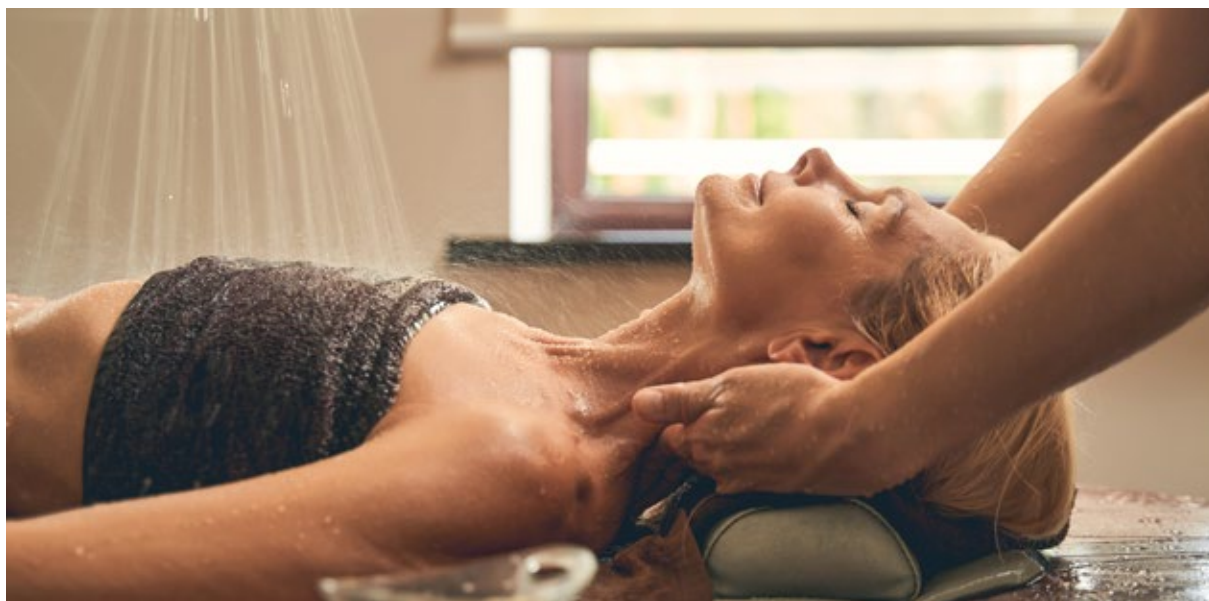
# LES CURES REMISE EN FORME

**S'OXYGÉNER,  
SE REMINÉRALISER**



**Un programme riche en soins reminéralisants  
grâce à l'eau de mer chaude, les algues et  
les boues, pour recharger l'organisme.**





## CURE THALACAP

**20 soins / 5 jours\***

### Les massages

- ~ 1 massage Thalacap 25'
- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'
- ~ 1 massage jambes légères 25'

### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 1 douche à jet tonifiante 12'
- ~ 1 hydromassage sous douche à affusion 25'
- ~ 3 bains hydromassants au sel bio 12'
- ~ 2 thalaxions 17' / hydrojets 17'
- ~ 3 enveloppements d'algues reminéralisantes 25'
- ~ 2 enveloppements de boue marine 25'
- ~ 5 soins dynamiques marins et collectifs 25'



## MINI-CURE THALACAP

**12 soins / 4 jours\*\***

### Le massage

- ~ 1 massage Thalacap 25'

### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 3 douches à jets 12' / hydromassages sous douche à affusion 25'
- ~ 2 bains hydromassants au sel bio 12'
- ~ 2 thalaxions 17' / hydrojets 17'
- ~ 1 enveloppement d'algues reminéralisantes 25'
- ~ 1 enveloppement de boue marine 25'
- ~ 2 soins dynamiques marins et collectifs 25'



\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 4 nuits - \*\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 3 nuits.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES CURES SILHOUETTE MINCEUR

**SE DÉTOXIFIER,  
SE REMODELER**



**Un programme drainant pour une perte  
de poids amorcée, encouragée par un  
coaching diététique personnalisé.**





 965€  
 / PERS


### CURE RÉOLUTION MINCEUR

**20 soins / 5 jours\***

#### Les massages

- ~ 1 massage anti-cellulite drainant 25'
- ~ 2 massages silhouette aux ventouses 25'

#### Les soins esthétiques

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'
- ~ 1 mise en beauté aux algues bio 25'

#### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 3 douches à jets drainantes 12'
- ~ 5 watermass 25' / thalaxions 17'
- ~ 5 enveloppements d'algues au fucus 25'
- ~ 2 soins dynamiques marins et collectifs 25'

2 rendez-vous diététiques avec analyse  
impédancemétrique et bilan personnalisé


 620€  
 / PERS


### MINI-CURE SILHOUETTE

**12 soins / 4 jours\*\***

#### Les massages

- ~ 1 massage anti-cellulite drainant 25'
- ~ 1 massage silhouette aux ventouses 25'

#### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 2 douches à jets drainantes 12'
- ~ 2 thalaxions 17'
- ~ 2 watermass 25'
- ~ 2 enveloppements d'algues au fucus 25'
- ~ 2 soins dynamiques marins et collectifs 25'

1 rendez-vous diététique avec analyse  
impédancemétrique et bilan personnalisé



\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 4 nuits - \*\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 3 nuits.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28**  
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à **service.client@thalacap.com**

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES CURES JEUNESSE & BEAUTÉ

SE RETROUVER,  
SE RÉVÉLER



Un programme riche en soins du corps  
et du visage pour se régénérer.







## CURE JEUNESSE & BEAUTÉ

**18 soins / 5 jours\***

### Les massages

- ~ 1 massage Thalacap 25'
- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'
- ~ 1 massage jambes légères 25'
- ~ 1 reflexologie indienne au bol kansu 25'
- ~ 1 massage Teno Anma 25'
- ~ 1 massage détente du visage, nuque et décolleté 25'

### Les soins esthétiques

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'
- ~ 1 nettoyage de peau 55'
- ~ 1 soin du visage spécifique 55'
- ~ 1 soin lissant éclat des yeux 25'
- ~ 1 enveloppement hydratant au beurre de karité 25'

### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 1 hydromassage en baignoire 25'
- ~ 1 enveloppement d'algues reminéralisantes 25'
- ~ 1 frigidité 25'
- ~ 1 hydrojet 17'
- ~ 2 Aquatizer 25'
- ~ 1 douche à jet 12'

1 rendez-vous diététique avec analyse impédancemétrique et bilan personnalisé



## MINI-CURE JEUNESSE & BEAUTÉ

**10 soins / 4 jours\*\***

### Les massages

- ~ 1 massage silhouette aux ventouses 25'
- ~ 1 massage détente du visage, nuque et décolleté 25'

### Les soins esthétiques

- ~ 1 soin du visage fraîcheur de peau détoxifiant 55'
- ~ 1 soin du visage spécifique 55'
- ~ 1 soin lissant éclat des yeux 25'
- ~ 2 enveloppements hydratants au beurre de karité 25'

### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 1 watermass 25'
- ~ 1 Aquatizer 25'
- ~ 1 bain hydromassant au sel bio 12'



\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 4 nuits - \*\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 3 nuits.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à **service.client@thalacap.com**

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES CURES VITALITÉ



## SE RESSOURCER, SE VITALISER



**Un programme riche en soins tonifiants  
et relaxants pour un lâcher prise optimal  
et une remise en forme globale.**





## CURE VITALITÉ

**20 soins / 5 jours\***

### Les massages

- ~ 2 massages Thalacap 25'
- ~ 2 massages sous douche à affusion 25'
- ~ 1 massage Shirodhara 25'
- ~ 1 réflexologie indienne au bol Kansu 25'

### Le soin esthétique

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'

### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 5 douches à jets tonifiantes 12'
- ~ 1 Aquatizer 17'
- ~ 1 bain hydromassant au sel d'Aigues Mortes 12'
- ~ 3 enveloppements d'algues tonifiantes 25'
- ~ 3 soins dynamiques marins et collectifs 25'

**1 rendez-vous diététique  
avec analyse impédancemétrique**



## MINI-CURE VITALITÉ

**12 soins / 4 jours\*\***

### Les massages

- ~ 1 massage Thalacap 25'
- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'
- ~ 1 massage Shirodhara 25'
- ~ 1 réflexologie indienne au bol Kansu 25'

### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 4 douches à jets tonifiantes 12'
- ~ 2 enveloppements d'algues reminéralisantes 25'
- ~ 2 soins dynamiques marins et collectifs 25'



\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 4 nuits - \*\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 3 nuits.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à **service.client@thalacap.com**

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES CURES ZEN



**SE DÉTENDRE,  
S'APAISER**



**Un programme riche en massages d'ici et  
d'ailleurs pour une relaxation profonde.**





### CURE ZEN

**20 soins / 5 jours\***

#### Les 9 massages

- ~ 1 massage Abhyanga 55'
- ~ 1 massage Shirodhara 25'
- ~ 1 massage détente du visage, nuque et décolleté 25'
- ~ 1 massage énergétique plantaire 25'
- ~ 3 massages Thalacap 25'
- ~ 2 massages sous douche à affusion 25'

#### Le soin esthétique

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'

#### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 5 hydrojets 17' / bains hydromassants 12'
- ~ 3 enveloppements d'algues reminéralisantes 25'
- ~ 2 enveloppements aux argiles du soleil 25'



### MINI-CURE ZEN

**12 soins / 4 jours\*\***

#### Les 6 massages

- ~ 1 massage Shirodhara 25'
- ~ 1 massage détente du visage, nuque et décolleté 25'
- ~ 1 Teno Anma 25'
- ~ 1 réflexologie indienne au bol Kansu 25'
- ~ 1 massage Thalacap 25'
- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'

#### Les soins d'hydrothérapie

- ~ 2 hydrojets 17'
- ~ 2 bains hydromassants au sel bio 12'
- ~ 2 enveloppements aux argiles du soleil 25'



\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 4 nuits - \*\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 3 nuits.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LA MINI-CURE BIEN-ÊTRE



Un programme de soins idéal pour se reposer et se rééquilibrer.  
Convient aux besoins des jeunes mamans.



**9 soins / 4 jours\***

## Le massage

~ 1 massage californien 55'

## Les soins esthétiques

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'
- ~ 1 soin du visage fraîcheur de peau détoxifiant 55'
- ~ 1 enveloppement hydratant au beurre de karité 25'

## Les soins d'hydrothérapie

- ~ 2 douches à jets drainantes 12'
- ~ 1 Aquatizer 25'
- ~ 1 bain hydromassant au sel bio12'
- ~ 1 enveloppement d'algues reminéralisantes 25'

1 rendez-vous diététique avec analyse impédancemétrique et bilan personnalisé

# LA MINI-CURE BODY SCULPT



Un programme de soins pour se ressourcer et drainer les fluides et les énergies.  
Convient aux Messieurs en quête d'un remodelage du corps



570€  
/ PERS



12 soins / 4 jours\*

#### Le massage

~ 1 massage Marmaveda 55'

#### Les soins esthétiques

~ 1 gommage du corps au sel rose 25'

1 rendez-vous diététique avec  
analyse impédancemétrique

#### Les soins d'hydrothérapie

~ 4 douches à jets drainantes 12'

~ 2 thalaxions 17'

~ 2 enveloppements  
d'algues au fucus 12'

~ 2 soins dynamiques  
marins collectifs 25'



\* Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 3 nuits.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28**  
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

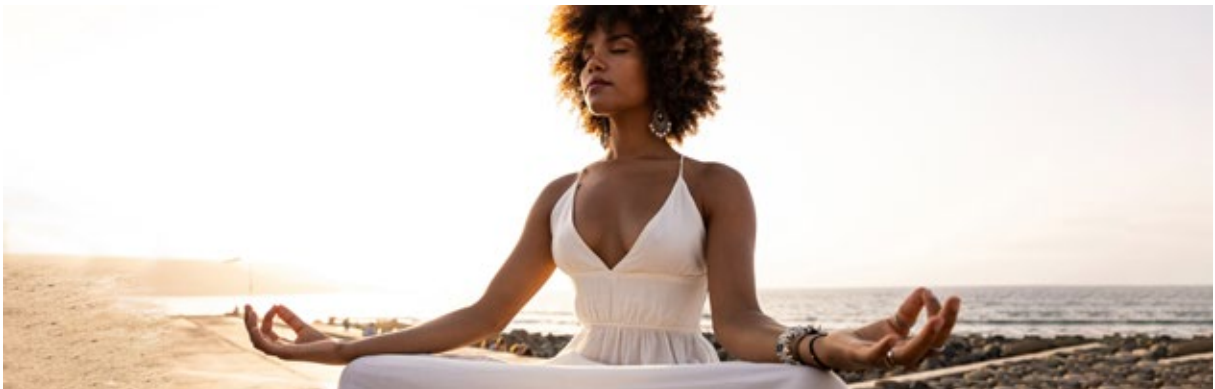
Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LA CURE GESTION DU STRESS & PRÉVENTION DU BURN OUT



Un programme de soins pour une détente psychique  
et une relaxation profonde du corps et de l'esprit.



**5 nuits en chambre standard  
double en 1/2 pension, accès à  
l'espace bien-être et 8 soins\***

- ~ 1 massage Abhyanga 55',
- ~ 1 soin spécifique visage 55',
- ~ 1 soin bien-être du dos 55',
- ~ 1 réflexologie indienne  
au bol kansu 25',
- ~ 1 massage Pijat Kepala 25',
- ~ 1 massage du corps 25',
- ~ 1 massage shirodara 25',
- ~ 1 enveloppement hydratant  
au beurre de karité 25'

- ~ 3 ateliers de sophrologie de 1h30
- ~ 2 séances de yoga

**SEULEMENT 4 DATES EN 2023**

Du 29/01/2023 au 03/02/2023

Du 05/03/2023 au 10/03/2023

Du 02/07/2023 au 07/07/2023

Du 01/10/2023 au 06/10/2023

Places limitées :

12 participants maximum\*\*



Séjour possible en chambre individuelle, supérieure, vue mer avec supplément

**\*\*Séjour garanti à partir de 10 inscrits jusqu'à 30 jours avant la date.**

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LA CURE ÉVASION FRAÎCHEUR



Un programme de soins idéal pour une découverte de la thalasso l'été.  
Une mini-cure purifiante, apaisante, circulatoire et drainante.



**4 nuits en chambre standard double en 1/2 pension, accès à l'espace bien-être et 9 soins**

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'
- ~ 1 mise en beauté du visage 25'
- ~ 1 massage Pijat Kepala 25'
- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'
- ~ 1 massage jambes légères 25'
- ~ 1 enveloppement aux argiles du soleil 25'
- ~ 1 frigidothérapie 25'
- ~ 1 bain hydromassant au sel bio 12'
- ~ 1 douche à jet 12'

**SEULEMENT EN JUILLET / AOÛT 2023**



Séjour possible en chambre individuelle, supérieure, vue mer avec supplément  
**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28**  
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)  
Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.





# LES COCKTAILS DE SOINS



**L'OCCASION DE DÉCOUVRIR LA THALASSO  
À VOTRE RYTHME, GRÂCE À UNE SÉLECTION  
DE COCKTAILS DE SOINS**



Choisir des soins marins toniques ou relaxants,  
des massages du tour du monde, des soins  
Spa et/ou des soins esthétiques...





# LES INTENSÉMENT THALASSO



**RETROUVER LES BIENFAITS  
ESSENTIELS DE L'EAU DE MER**



**Des cocktails de soins pour un regain  
d'énergie et un plein d'oligo-éléments.**





### SENSATION DÉTENTE

- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'
- ~ 1 bain hydromassant au sel bio 12'
- ~ 1 enveloppement d'algues reminéralisantes 25'

Journée à l'espace bien-être offerte



### GRAIN DE SEL

- ~ 1 gommage du corps au sel rose 25'
- ~ 1 massage sous douche à affusion 25'
- ~ 1 bain hydromassant au sel bio 12'

Journée à l'espace bien-être offerte



Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 1 nuit.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES INTENSÉMENT SPA



TROUVER UNE DÉTENTE  
RÉGÉNÉRANTE



Des cocktails de soins pour une évasion sereine.





120€  
/ PERS



### SENSATION MASSAGE

- ~ 1 massage Thalacap 25'
- ~ 1 enveloppement aux argiles du soleil 25'
- ~ 1 hydrojet 17'

Journée à l'espace bien-être offerte

140€  
/ PERS



### BEAUTÉ BIO

- ~ 1 gommage du corps au sel bio 25'
- ~ 1 massage Thalacap 25'
- ~ 1 mise en beauté du visage aux algues bio 25'

Journée à l'espace bien-être offerte



Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 1 nuit.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES SPÉCIFIQUES



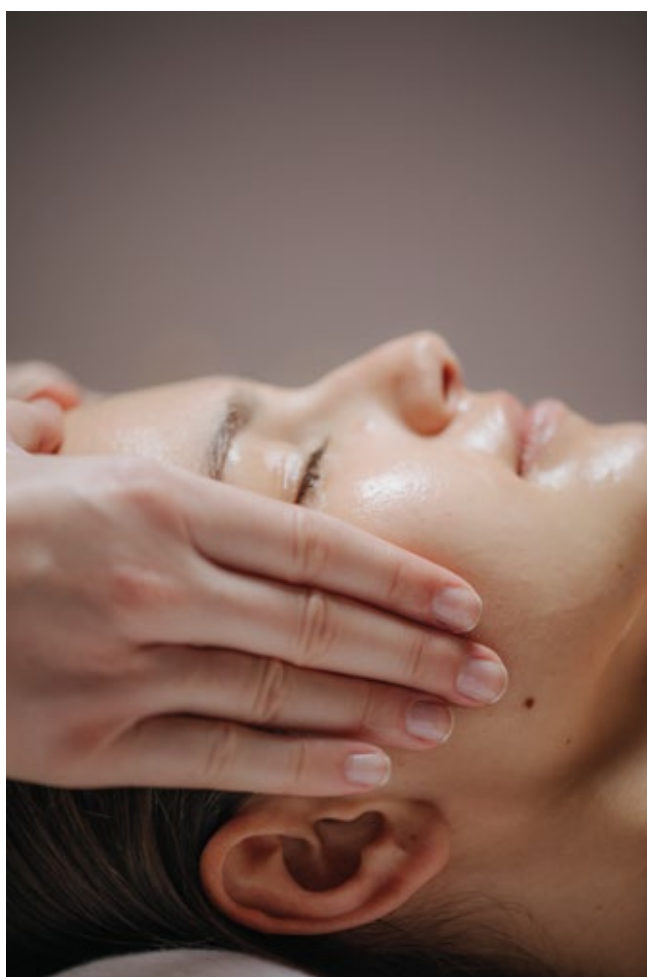
## TROUVER DES SOINS ADAPTÉS



Des cocktails de soins pour répondre à vos besoins.







140€  
/ PERS



### MINCEUR SILHOUETTE

- ~ 1 watermass 25'
- ~ 1 thalaxion 17'
- ~ 1 douche à jet 12'

Journée à l'espace  
bien-être offerte

140€  
/ PERS



### DOUCEUR IDÉAL POUR LES FEMMES ENCEINTES (DU 4<sup>e</sup> AU 8<sup>e</sup> MOIS)

- ~ 1 massage du visage 25'
- ~ 1 mise en beauté  
du visage aux algues bio 25'
- ~ 1 massage jambes  
légères 25'

Journée à l'espace  
bien-être offerte

120€  
/ PERS



### SÉRÉNITÉ IDÉAL POUR LES ADOLESCENTS (À PARTIR DE 14 ANS)

- ~ 1 massage du visage 25'
- ~ 1 mise en beauté  
du visage aux algues bio 25'
- ~ 1 bain hydromassant  
au sel bio 12'

Journée à l'espace  
bien-être offerte



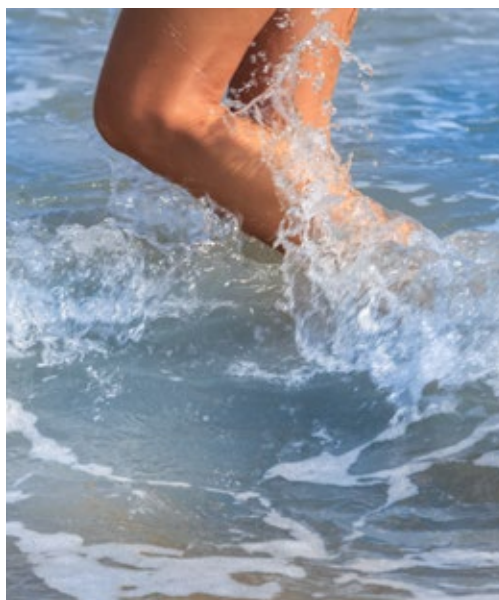
Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 1 nuit.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28**  
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.



# LES NOUVEAUTÉS



## BIEN-ÊTRE DU DOS

- ~ 1 Aquatizer programme spécial dos 25'
- ~ 1 massage du dos de 12' avec un baume anti-inflammatoire suivi d'un enveloppement de 12'

Journée à l'espace bien-être offerte



## LÉGÈRETÉ DES JAMBES

- ~ 1 Aquatizer programme spécial jambes 25'
- ~ 1 douche à jet circulatoire 12'
- ~ 1 frigiditérapie 25'

Journée à l'espace bien-être offerte



Hébergement à l'hôtel disponible à partir de 1 nuit.

**Hébergement, conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28** du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)

Détail des soins p. 47 à 53 - Détail des prix p. 54-55.

# ZOOM SUR L'AQUATIZER



Lit hydromassant, connu et plébiscité au Japon, il est le seul à proposer un capteur détectant la taille de la personne. Le massage est ainsi parfaitement adapté à la morphologie de chacun. Il est possible de cibler une zone spécifique :

## LES JAMBES

Afin d'assurer un massage efficace, les pieds sont maintenus par des coussins d'air qui favorisent le drainage lymphatique et le retour veineux grâce à l'appui sous la voûte plantaire. Les hydrojets ciblent ainsi avec précision les cuisses et les mollets. Les jambes retrouvent leur légèreté.

## LE DOS

Les mouvements classiques, proches d'un massage manuel avec des pressions, des pétrissages et des percussions, offrent une relaxation totale d'autant que l'intensité des jets peut se régler.

## LE CORPS ENTIER

Le corps en entier avec les mêmes atouts que pour les zones spécifiques.



# LE SOIN PRESTIGE : LE THALARIDAYA



## UN SOIN D'EXCEPTION



Le Thalaridaya est issu des massages ayurvédiques.

150€  
/ PERS

C'est un massage profond, conjuguant des mouvements fluides d'assouplissements articulaires et musculaires et d'autres, plus ciblés à l'aide de divers accessoires. 85'

- ~ La **résonance du son du bol tibétain chantant sur les chakras** pour le lâcher prise
- ~ Le **tampon d'argile sur les talons** pour relier les énergies à la terre
- ~ Le **bol Kansu pour apaiser et réguler les émotions** sur la voute plantaire et la paume de la main



- ~ Le **bol Belly pour un massage profond du ventre** afin d'éliminer les toxines
- ~ La **roulette au Quartz rose pour un modelage apaisant du visage**

Accès à l'espace bien-être sur la journée et prêt du nécessaire Thalasso

# LA JOURNÉE PRESTIGE



## UNE JOURNÉE À OFFRIR OU À S'OFFRIR



Du plaisir à la vitalité, un véritable concentré de bien-être.

350€  
/ PERS

- ~ 1 **gommage du corps au sel rose** pour une peau soyeuse 25'
- ~ 1 **massage abhyanga** pour réharmoniser le corps et l'esprit  
**ou** 1 **massage hawaïen** pour une détente musculaire profonde  
**ou** 1 **massage californien** pour un relâchement et une relaxation physique 55'
- ~ 1 **massage détente** du visage, nuque et décolleté 25'
- ~ 1 **soin du visage spécifique** à choisir en cabine avec votre esthéticienne 55'
- ~ 1 **enveloppement aux argiles du soleil** pour hydrater et apaiser la peau 25'



1 PRODUIT  
COSMÉTIQUE  
OFFERT

- ~ 1 **Aquatizer** pour une détente absolue 25'
- ~ 1 **Déjeuner** menu Plaisir Équilibre et 1 **verre de bienvenue**

Accès à l'espace bien-être  
sur la journée et prêt  
du nécessaire Thalasso





# LES SOINS À LA CARTE



## DES SOINS SELON SES ENVIES



Des soins d'hydrothérapie, des soins dynamiques marins, des soins esthétiques du corps, du visage, des soins de dermo-cosmétique et des massages.



## LES SOINS D'HYDROTHERAPIE

### Aquatizer 25'

65 €

Lit hydromassant, connu et plébiscité au Japon, il est le seul à proposer un capteur détectant la taille de la personne. Le massage est ainsi parfaitement adapté à la morphologie de chacun. (voir zoom page 43)

### Bain hydromassant au sel bio 12'

40 €

Une alternance d'aérobain et de jets dans une baignoire d'eau de mer chauffée additionnée de cristaux de sels marins pour une relaxation musculaire profonde.

### Douche à jet 12'

45 €

Un hydromassage général du corps, des muscles et des articulations effectué par un jet d'eau de mer dirigé de façon plus précise selon sa spécificité :

- ~ **circulatoire** : sur les membres inférieurs afin de drainer et améliorer la circulation sanguine.
- ~ **drainante** : sur les zones localisées afin de décongestionner et éliminer la cellulite.
- ~ **tonifiante** : un rythme plus rapide afin d'améliorer le tonus.

### Enveloppement d'algues 25'

45 €

Les algues ont une exceptionnelle concentration en sels minéraux, en oligo-éléments et en vitamines (iode, phosphore, potassium, magnésium, fer, fluor, calcium...). Appliquées sur l'ensemble du corps et combinées à l'action de la couverture chauffante, la pénétration des actifs marins et l'élimination des toxines sont optimisées.

### Enveloppement aux argiles du soleil 25'

45 €

Appliquées sur l'ensemble du corps et combinées à l'action de la couverture chauffante, les argiles ont une action exfoliante, nettoiyante, reminéralisante et tonifiante.

### Enveloppement de boue marine 25'

45 €

Soin localisé. Appliquée principalement sur les articulations et au niveau du dos et combinée à l'action de la couverture chauffante, la boue marine soulage les douleurs articulaires, rhumatismales et certaines affections de la peau.



### Frigithérapie 25'

45 €

Soin des jambes fatiguées par excellence. Après l'application d'un gel froid, chaque membre inférieur est enveloppé de bandes préalablement immergées dans une solution à base de camphre et de menthol. Les jambes lourdes sont soulagées et la circulation sanguine stimulée.

### Hydrojet 17'

45 €

Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, deux jets à pressions massent le corps de façon régulière, localisée ou générale.



### Hydromassage en baignoire 25'

50 €

Massage et drainage réalisés sous l'eau à l'aide d'un jet dans un but drainant, décontractant et relaxant. Cet hydromassage sera accompagné d'un bain hydromassant.

### Hydromassage sous douche à affusion 25' 50 €

Massage doux à l'aide d'un jet sous une pluie d'eau de mer chaude dans un but de relaxation. Cet hydromassage sera accompagné d'une aspersion horizontale d'eau de mer sur la totalité du corps.

### Thalaxion 17'

50 €

Drainage général du corps effectué par des petits jets avec une alternance d'eau de mer chaude et froide qui partent du ventre pour drainer les toxines puis sur les jambes et jusqu'aux plantes des pieds pour activer la circulation sanguine. Il s'adresse aux personnes souffrant de cellulite, de jambes lourdes, de problèmes lymphatiques et circulatoires.

### Watermass 25'

60 €

Soin complice de beauté, amincissant et relaxant. Massage par palper-rouler mécanique s'effectuant à l'aide d'une douchette diffusant de l'eau de mer chaude. Massage performant anti-cellulite permettant de réoxygéner, assouplir et détendre les zones concernées tout en douceur.



## LES SOINS DYNAMIQUES MARINS COLLECTIFS

### Gymnastique marine 25'

30 €

Travail ludique dirigé par un hydrothérapeute permettant l'assouplissement articulaire et musculaire, la tonification globale abdominale et dorsale ainsi que l'amélioration de la circulation de retour.

### Jets sous-marins 25'

30 €

Massage et mobilisation de l'ensemble des muscles et articulations de tout le corps par des mouvements réalisés devant un jet à orientation mobile. En bassin d'eau de mer, dirigé par un hydrothérapeute, ce soin a une action drainante, circulatoire et assouplissante.



## LES SOINS ESTHÉTIQUES DE COSMÉTIQUE MARINE DU VISAGE BY PHYTOMER

À la pointe de la biotechnologie marine, les soins Phytomer allient efficacité et plaisir pour retrouver une peau saine et révéler une beauté authentique, naturelle et vivante.

### Mise en beauté aux algues bio 25'

45 €

Soin avec démaquillage, gommage, pose de masque suivi d'une application de crème spécifique.

### Nettoyage de peau 55'

70 €

Soin pour nettoyer les pores et renouer avec une peau nette grâce à un masque personnalisé.

### Soin douceur marine 55'

90 €

Soin réconfortant et apaisant pour adoucir les peaux sensibles.

### Soin visage

#### Fraîcheur de peau détoxifiant 55'

90 €

Soin qui ranime les visages asphyxiés et déshydratés avec une personnalisation pour les peaux fatiguées et les teints ternes.





## LES MASSAGES

### Soin Hydra Originel aux algues bio 55'

Un essentiel qui conjugue performance hydratante et détente intense en associant des produits aux textures sensorielles.

### Soin lissant éclat des yeux 25'

Soin ultra complet performant et relaxant pour un regard reposé.

### Soin Oligoforce Lumière 55'

Alliance idéale entre un peeling acide à 20 % et un masque tissu riche en OLIGOMER pour illuminer le teint et lisser les rides.

### Soin révélateur jeunesse visage, lèvres, décolleté 85'

Soin du visage qui redonne à la peau toute sa luminosité et sa jeunesse grâce à son masque liftant et sa lotion biotech ultra concentrée. Le masque dédié à la bouche repulpe les lèvres et défroisse leurs contours.



## LES SOINS ESTHÉTIQUES DU CORPS

### Beauté des mains ou des pieds avec pose de vernis classique 55'

Une mise en beauté des ongles.

### Délice de peau 55'

Un gommage corporel suivi d'un enveloppement au karité bio.

### Détente exquise 55'

Un massage du corps suivi d'un enveloppement au karité bio.

### Gommage du corps au sel rose 25'

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

90 €

50 €

90 €

115 €

55 €

90 €

90 €

55 €

### Massage Akwaterra 40'

Un massage de l'arrière du corps (dos, bras, mains, jambes et pieds) réalisé avec des petits vases en porcelaine de formes diverses que l'on remplit d'eau chaude pour dénouer et soulager les tensions et les muscles, et réactiver la circulation. C'est un soin dynamisant et relaxant qui favorise la reconnexion du corps.

80 €

### Massage anti-cellulite drainant 40'

Un massage manuel spécifique combinant le drainage lymphatique et les techniques du modelage traditionnel anticellulite sur les zones à traiter, associé à une synergie biologique d'huiles essentielles minceur.

80 €

### Massage Abhyanga 55'

Ce soin, issu des massages ayurvédiques, est composé essentiellement de pressions glissées, fluides et continues sur les trajets énergétiques des faces antérieures, postérieures et latérales du corps dans un rythme lent pour trouver calme et sérénité.

90 €

### Massage Californien 55'

Un massage complet, fait de gestes lents et précis afin d'obtenir un relâchement musculaire et articulaire pour une récupération physique et psychique.

90 €

### Massage détente du visage, nuque et décolleté 25'

Un massage offrant plaisir et relaxation du visage, de la nuque, du décolleté et du cuir chevelu.

55 €

### Massage énergétique plantaire 25'

Après des remontées énergétiques sur les méridiens des jambes jusqu'aux genoux, un assouplissement musculaire et articulaire du pied, zone par zone, est effectué pour une relaxation et une détente profonde des pieds et du corps.

55 €

### Massage future maman 40'

Un massage complet où la future maman est considérée dans sa globalité pour créer une symbiose parfaite avec le bébé : une recherche de l'équilibre émotionnel et physique pour l'harmonie et la sérénité. Ce massage soulage les tensions liées à la grossesse telles que les douleurs lombaires et les problèmes de circulation.

80 €



### Massage Hawaïen 55'

Aussi appelé massage lomi-lomi, ce massage se démarque par la grâce et la fluidité des mouvements. Les manoeuvres alternent des lissages avec les mains, les poings fermés et les avant-bras pour une détente musculaire profonde et une relance de la circulation du sang. C'est un soin puissant et enveloppant rythmé et fluide pour ré-harmoniser le corps et l'esprit.

90 €

### Massage indien Marmavéda 55'

Un soin ayurvédique associant le travail manuel pour le drainage et l'utilisation de tampons chauds (alliance de riz, d'algues et de thés) pour le massage. En drainant manuellement les toxines, il favorise les circulations sanguine, lymphatique et recharge en énergie. Le travail avec les tampons libère les tensions et les blocages par la stimulation des points «Marmas» et agit en profondeur.

100 €

### Massage jambes légères 25'

Un massage principalement pratiqué sur la partie inférieure du corps (ventre et membres inférieurs), dans le but de relancer les circulations principales sanguine et lymphatique pour procurer une sensation de légèreté, associé à une synergie biologique d'huiles essentielles circulatoires.

55 €

### Massage Pijat kepala 25'

Un massage indonésien du cuir chevelu et du visage. Une stimulation lente et profonde de l'ensemble des zones réflexes du crâne et du visage entraîne lâcher prise et douce évation.

55 €

### Massage Shirodhara 25'

Issu de la médecine indienne, c'est un effleurage du front avec un filet d'huile de sésame chaude complété par un massage du visage et du crâne pour atteindre une profonde détente psychique et physique.

55 €

### Massage silhouette aux ventouses 40'

Des manoeuvres manuelles actives pour décongestionner les zones à traiter, des ventouses pour stimuler les fibres d'élastine et de collagène afin de redonner de l'élasticité à la peau.

80 €

### Massage sous douche à affusion 25'

Un massage complet du corps apaisant et relaxant réalisé sous une rampe diffusant une pluie d'eau de mer chaude.

55 €

### Massage Thalacap 25'

Un massage complet du corps pour un relâchement musculaire et une détente profonde.

55 €

### Réflexologie indienne au bol kansu 25'

Composé de techniques traditionnelles indiennes, ce massage permet de restaurer le calme au sein de l'organisme et de libérer le mental. Principalement effectué au niveau du pied, ce massage manuel est complété par l'utilisation du bol kansu favorisant l'élimination de l'excès de chaleur et relançant l'énergie.

55 €

### Teno Anma 25'

Un massage traditionnel japonais basé sur les fondements de la médecine chinoise. Doux, enveloppant et stimulant, le Teno Anma est un massage sur les bras et sur les lignes de vie de toutes les surfaces de la main.

55 €

### Thalaridaya 85'

(voir détail page 44)

150 €



## LES ÉPILATIONS

### Sourcils ou lèvres

15 €

### 1/2 jambes / Aisselles / Bras / Visage

25 €

### Jambes entières

35 €

### Maillot

20 €

### Maillot échancré

25 €

### Maillot intégral

35 €



## LA DIÉTÉTIQUE

### Sur rendez-vous du lundi au vendredi

#### Analyse impédancemétrique **20 €**

Etude de la répartition des différentes masses (musculaire, grasseuse, hydrique) et calcul du métabolisme de base.

#### Consultation diététique 60' **55 €**

Après étude et analyse de vos habitudes alimentaires, de votre mode de vie, un programme nutritionnel personnalisé vous sera établi. Un bilan d'impédancemétrie sera réalisé durant la consultation.

#### Consultation de suivi **30 €**

Un bilan d'impédancemétrie de contrôle et un suivi du programme nutritionnel

#### Diagnostic alimentaire 20-30' **30 €**

Accéder aux menus diététiques après étude de vos habitudes alimentaires et de non-contre indication à ces menus.

#### E-coaching diététique de 3 mois **150 €** (suivi de 3 mois par internet)

# RESTEZ CONNECTÉ

**Nos agents de réservation  
sont à votre écoute  
toute l'année pour vous conseiller**

#### Par téléphone

au 04 90 99 22 28  
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h  
et le samedi de 9 h à 17 h

#### Par mail

service.client@thalacap.com  
ou sur notre site internet :  
[www.thalacap.fr](http://www.thalacap.fr)

#### Notre actualité sur

[www.facebook.com/Thalasso.Thalacap](https://www.facebook.com/Thalasso.Thalacap)  
instagram : @thalacap  
Nos thématiques,  
offres de dernières minutes  
et bons plans en ligne

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

### **Vous souhaitez : Organiser un événement en groupe**

le temps d'une journée  
ou d'un week-end

**Organiser votre séminaire** sur mesure

**Réunir vos salariés**, adhérents ou amis

Contactez notre service commercial  
et obtenez votre devis sur simple demande

**Par email** [karine.boiron@thalacap.com](mailto:karine.boiron@thalacap.com)

**Par téléphone** au 04 90 99 22 23

**Obtenez notre brochure  
par courrier sur simple demande  
ou sur notre site internet**



# TARIFS



	<b>BASSE SAISON</b> Du 01/01/23 au 24/03/23 Du 28/10/23 au 12/11/23	<b>MOYENNE SAISON</b> Du 25/03/23 au 07/07/23 Du 26/08/23 au 27/10/23	<b>HAUTE SAISON</b> Du 08/07/23 au 25/08/23	<b>ENFANT</b> restauration (De 2 à 12 ans)
<b>Chambre Basic</b> (Balcon - Côté rue) Double ou individuelle	à partir de <b>105 € / nuit</b>	à partir de <b>125 € / nuit</b>	à partir de <b>145 € / nuit</b>	-
<b>Chambre standard</b> (Rez-de-jardin - Terrasse) Double ou individuelle	à partir de <b>145 € / nuit</b>	à partir de <b>165 € / nuit</b>	à partir de <b>185 € / nuit</b>	-
<b>Chambre supérieure</b> (Étage - Balcon - Orientée mer) double ou individuelle	à partir de <b>155 € / nuit</b>	à partir de <b>175 € / nuit</b>	à partir de <b>195 € / nuit</b>	-
<b>Chambre vue mer</b> (Étage - Balcon - Orientée mer) double ou individuelle	à partir de <b>160 € / nuit</b>	à partir de <b>180 € / nuit</b>	à partir de <b>200 € / nuit</b>	-
<b>Chambre triple Standard</b> (rez de jardin - terrasse vue jardin ou côté rue)	à partir de <b>215 € / nuit</b>	à partir de <b>245 € / nuit</b>	à partir de <b>275 € / nuit</b>	-
<b>Chambre triple supérieure</b> (1 <sup>er</sup> étage, vue mer avec 2 chambres, terrasse rooftop)	à partir de <b>230 € / nuit</b>	à partir de <b>260 € / nuit</b>	à partir de <b>290 € / nuit</b>	-
<b>Chambre famille</b> (2 chambres, terrasse côté rue)	à partir de <b>260 € / nuit</b>	à partir de <b>290 € / nuit</b>	à partir de <b>320 € / nuit</b>	-
<b>Chambre Premium</b> (Terrasse ou balcon vue mer et jardin - baignoire et douche)	à partir de <b>240 € / nuit</b>	à partir de <b>270 € / nuit</b>	à partir de <b>300 € / nuit</b>	-
Lit enfant (2 à 12 ans)	<b>30 € / nuit</b>			-
Lit bébé (0 à 2 ans)	<b>Offert</b>			-
Petit déjeuner	<b>20 € / jour / personne</b>			<b>7 €</b>
Menu Plaisir-Equilibre	<b>40 € / jour / personne</b>			<b>15 €</b>

Votre chambre est disponible à partir de 15h00 et doit être libérée au plus tard à 12h.  
Les animaux de compagnie ne sont pas acceptés dans les chambres.



## CURES ET MINI-CURES

Cures de 18 à 20 soins répartis sur 5 jours		Mini-Cures de 9 à 12 soins répartis sur 4 jours	
	Tarifs des soins		Tarifs des soins
Cure Thalacap	765 € / pers	Mini-cure Thalacap	460 € / pers
Cure Résolution Minceur	965 € / pers	Mini-cure Silhouette	620 € / pers
Cure Jeunesse & Beauté	985 € / pers	Mini-cure Vitalité	520 € / pers
Cure Vitalité	905 € / pers	Mini-cure Jeunesse & Beauté Mini-cure Bien-être	550 € / pers
Cure Zen	975 € / pers	Mini-cure Zen	560 € / pers
		Mini-cure Body-Sculpt	570 € / pers

### Disponibles en :

- Externe avec un accès à l'espace bien-être sur la journée de soins.
- Séjour hébergé de 3 nuits minimum pour les minis-cures et 4 nuits minimum pour les cures, avec accès à l'espace bien être tout le séjour, en formule petit déjeuner, déjeuner ou pension complète.



## COCKTAILS DE SOINS

	TARIFS DES SOINS	DÉTAILS DES SOINS
Bien-être du dos	95€ / personne	Aquatizer spécial dos 25', massage du dos de 12' avec un baume anti-inflammatoire suivi d'un enveloppement de 12'
Sensation détente	120 € / personne	Massage sous douche à affusion 25', bain hydromassant au sel bio 12', enveloppement d'algues reminéralisantes 25'
Sensation massage		Massage Thalacap 25', enveloppement aux argiles du soleil 25', hydrojet 17'
Sérénité (Idéal pour les adolescent à partir de 14 ans)		Mise en beauté du visage aux algues bio 25', massage du visage 25', bain hydromassant 12'
Minceur Silhouette	140 € / personne	Thalaxion 17', douche à jet drainante 12', watermass 25'
Beauté Bio		Gommage du corps au sel rose 25', massage Thalacap 25', mise en beauté du visage aux algues bio 25'
Grain de sel		Gommage du corps au sel rose 25', massage sous douche à affusion 25', bain hydromassant au sel bio 12'
Douceur (Idéal pour les femmes enceintes du 4 <sup>e</sup> au 8 <sup>e</sup> mois)		Massage jambes légères 25', mise en beauté du visage aux algues bio 25', massage du visage 25'
Légèreté des jambes		Aquatizer spécial jambes 25', douche à jet circulatoire 12', frigithérapie 25'

### Disponibles en :

- Journée avec ou sans déjeuner et un accès à l'espace bien-être.
- Séjour hébergé de 1-2-3 nuits et plus avec accès à l'espace bien être tout le séjour en formule petit déjeuner, déjeuner ou pension complète.







# LES IDÉES CADEAUX



## FAIRE PLAISIR OU SE FAIRE PLAISIR



### LES BONS CADEAUX

Toutes les prestations Thalacap :  
cures, cocktails de soins,  
soins à la carte... se déclinent  
en bons cadeaux.



### LES CHÈQUES "VALEUR"

Faites plaisir, laissez choisir !  
Offrez un chèque valeur  
du montant de votre choix.

50 €/PERS  
DÉJEUNER  
GOURMAND

55 €/PERS  
MASSAGE  
DE 25 min  
au choix

90 €/PERS  
MASSAGE  
DE 55 min  
au choix

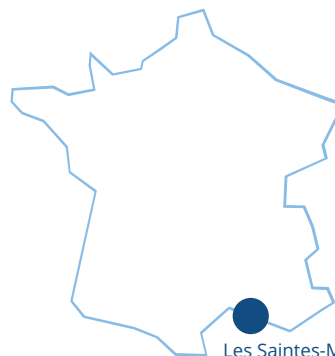
A PARTIR DE  
95 €/PERS  
JOURNÉE  
THALASSO  
avec soins



**Conseils et réservation**, notre service client est à votre écoute au **04.90.99.22.28**  
du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 17 h ou par mail à [service.client@thalacap.com](mailto:service.client@thalacap.com)  
**La validité** d'un bon ou d'un chèque cadeau est de 1 an à compter de sa date d'émission.  
Les bons cadeaux et/ou les chèques "valeur", avec accès à l'espace bien-être en journée ou 1/2 journée,  
comprennent le **prêt du nécessaire Thalasso** : sandalettes, bonnet de bain, serviettes de bain et peignoir.



# COMMENT NOUS REJOINDRE ?



Les Saintes-Maries-de-la-Mer



## EN VOITURE

### À moins de 3 h

Lyon	316 km	> 3 h
Toulouse	299 km	> 3 h
Marseille	127 km	> 1 h30

### À plus de 3 h

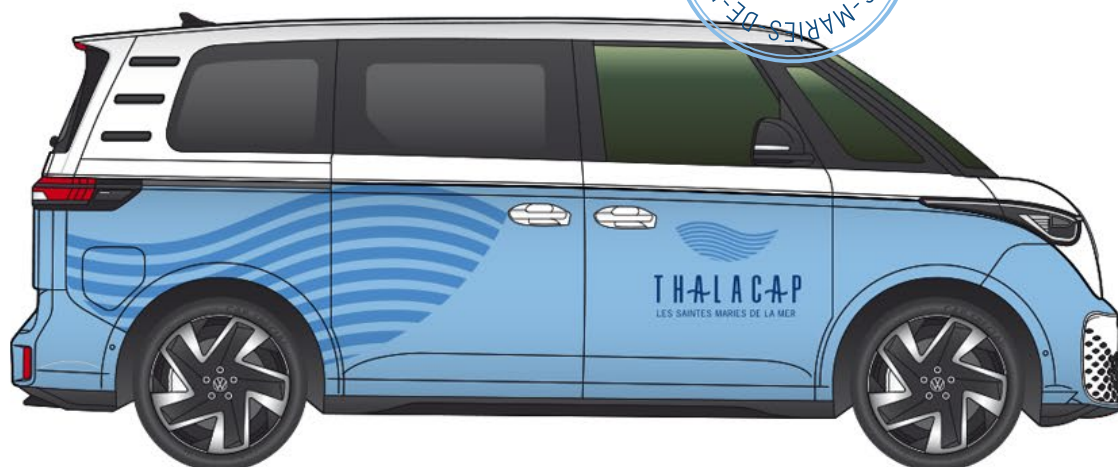
Paris	776 km	> 7 h15
Dijon	500 km	> 5 h15
Clermont Ferrand	396 km	> 4 h15



## EN TRAIN OU EN AVION

Notre navette 100 % électrique se portera à votre disposition et viendra vous chercher selon votre arrivée à :

Arles	60 € / trajet
Nîmes	90 € / trajet
Montpellier	90 € / trajet
Avignon	100 € / trajet
Marseille	120 € / trajet





### Service clients

Hôtel - Thalasso & spa

Conseils et réservation

Tél. 04 90 99 22 28

service.client@thalacap.com

### Accueil et réception

Hôtel

Tél. 04 90 99 22 22

### Restaurant Le Grain de Sel

Tél. 04 90 99 22 24

### Service Groupes & séminaires

Tél. 04 90 99 22 23

karine.boiron@thalacap.com



Avenue Jacques-Yves Cousteau  
13460 Les Saintes-Maries-de-la-Mer



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

 [Thalasso.Thalacap](https://www.facebook.com/Thalasso.Thalacap)

 [thalacap](https://www.instagram.com/thalacap)

 [legraindeselsaintesmaries](https://www.instagram.com/legraindeselsaintesmaries)