

# VALDYS

THALASSO  
& SPA 2025

**DOUARNENEZ**

**CARTE DES SOINS**





~ Chez Valdys ~  
**OFFREZ-VOUS UN MOMENT  
 HORS DU TEMPS**

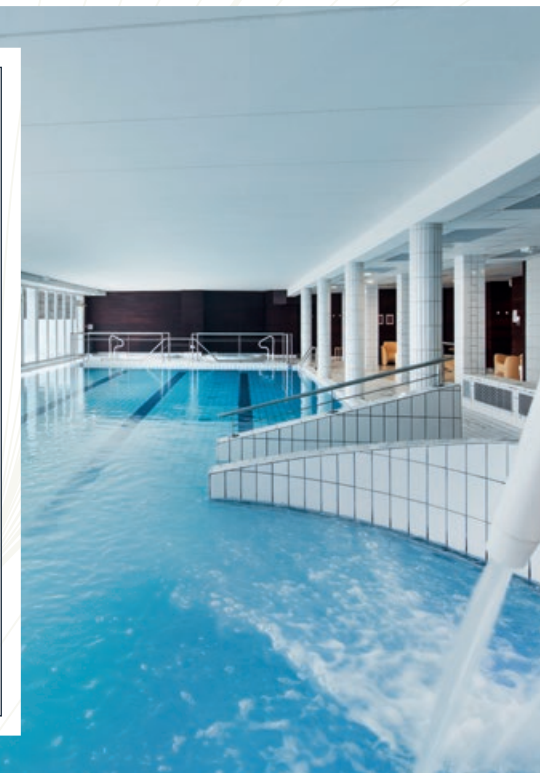
**AU SPA MARIN  
 PROFITEZ EN ILLIMITÉ  
 DES ÉQUIPEMENTS :**

**26 € EN SEMAINE**

**29 € LES WEEK-ENDS, FÉRIÉS  
 ET VACANCES SCOLAIRES**

Accès sans réservation et selon les horaires d'accès en vigueur

- 🌿 Piscine ludique d'eau de mer chauffée à 31°C avec cols de cygne et jets massants sous-marins
- 🌿 Rivière de marche en eau chaude et froide
- 🌿 2 bains à remous
- 🌿 Hammam
- 🌿 Sauna
- 🌿 Salle de repos avec vue sur mer
- 🌿 Salle de cardio-training
- 🌿 Tisanerie



Découvrez vite la Thalasso Valdys de Douarnenez, située au pied de la jolie plage des sables blancs (accès direct) et laissez-vous charmer par la superbe vue sur l'une des plus belles baies de France ! Nos praticiens experts vous accueillent toute l'année, dans ce lieu magique, pour des soins détente et bien-être exceptionnels. Journée spa, soin visage, soin corps ou massage : faites-vous plaisir !



Accès illimité\* au SPA MARIN et à l'ESPACE CARDIO-TRAINING OFFERT dès 99 € de SOINS programmés le **MÊME JOUR** par personne

*\*Accès valable uniquement le jour de vos soins*



**THALASSO**  
Douarnenez



REZ DE CHAUSSÉE - NIVEAU 0

VUE MER



REZ DE JARDIN - NIVEAU -1

VUE MER



Escaliers

- 1 Thalasso-Hôtel
- 2 Spa Marin-Salle Cardio
- 3 Salle de repos-Terrasse

- Ascenseur
- ▲ Bagagerie

Espaces d'attente

- A Hydrothérapie - algotérapie
- B Tisanerie
- C Spa

**CONSEILS & INFORMATIONS PRATIQUES**

- 1 **VOS HORAIRES DE SOINS**  
Afin de profiter pleinement de vos soins, nous vous demandons de vous présenter 30 minutes avant le début de votre premier soin.
- 2 **N'OUBLIEZ PAS...**  
... de vous munir d'un maillot, bonnet de bain et d'une paire de claquettes, indispensables pour accéder au Spa Marin. Il est possible d'en acheter sur place, dans notre boutique Valdys. Les shorts de bain sont interdits.
- 3 **UN EMPÊCHEMENT ?**  
En cas de non-présentation ou d'annulation à moins de 48h, 100 % du montant total de la prestation vous sera facturé. Toute modification de dates entraînera des frais de modification (45 € à moins de 7 jours / 15 € à plus de 7 jours). Pour vous éviter tout désagrément, Valdys vous propose une assurance annulation « esprit libre » pour seulement 10 € par personne, à souscrire et à régler avec votre acompte au moment de votre réservation. Consultez les modalités de cette assurance dans nos conditions générales de vente sur [www.thalasso.com](http://www.thalasso.com)
- 4 **TARIFS**  
Les tarifs de la brochure sont indiqués par personne. 50 % du règlement de vos soins à la carte et journées spa vous sera demandé lors de la réservation.
- 5 **NOUS CONTACTER**  
Informations et réservations au 02 98 74 47 47



SCANNEZ-MOI POUR CONSULTER NOTRE FAQ

# Les journées

 Accès illimité\* au Spa Marin et à l'espace cardio-training inclus dans chaque journée.

## PAUSES THALASSO

### Pause détente & gourmande / 89 €

- 1 soin d'hydrothérapie au choix (hydrorelax, bain hydromassant ou pluie marine)
- 1 déjeuner 2 plats au choix (entrée, plat ou plat, dessert)

Boissons non comprises.

### Pause bulle de détente / 99 € • Basse saison : 95 €

- 1 enveloppement au choix sur matelas d'eau chauffant
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues

### Pause bulle de douceur / 135 € • Basse saison : 125 €

- 1 enveloppement de crème d'algues laminaires sur matelas d'eau chauffant
- 1 hydrorelax
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues

### Pause absolue détente / 185 € • Basse saison : 179 €

- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues
- 1 pluie marine
- 1 massage californien absolue détente 50 mn

### Pause cocoon / 189 € • Basse saison : 179 €

- 1 enveloppement de crème d'algues laminaires sur matelas d'eau chauffant
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues
- 1 pluie marine
- 1 massage zen 20 mn



SCANNEZ-MOI POUR DÉCOUVRIR TOUS NOS SOINS D'HYDROTHÉRAPIE ET D'ALGOTHÉRAPIE



### OPTION DUO

Profitez d'un moment de complicité à deux en partageant certains soins en duo. Option disponible sur réservation et selon disponibilité. Contactez-nous !



Profitez d'un tarif réduit durant notre basse saison (= tous les jours à l'exception des week-ends, jours fériés, ponts et vacances scolaires toutes zones). Rendez-vous sur [www.thalasso.com](http://www.thalasso.com) pour consulter le calendrier des prix des journées Thalasso & Spa.

## RITUELS SPA

### Rituel évasion / 170 € • Basse saison : 165 €

- 1 gommage corps au choix
- 1 massage du monde 50 mn au choix parmi :  
abhyanga, californien absolue détente, hawaïen lomi-lomi, balinais

### Rituel plaisir d'être à deux / 200 € • Basse saison : 190 € par personne

Journée pour deux personnes. Les soins sont pratiqués en cabine duo.

- 1 gommage corps au choix
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues
- 1 massage zen 20 mn
- 1 déjeuner au restaurant (entrée, plat, dessert)

### Rituel autour du monde / 209 € • Basse saison : 199 €

- 1 gommage corps au choix
- 1 enveloppement au choix sur matelas d'eau chauffant
- 1 massage du monde 50 mn au choix parmi :  
abhyanga, californien absolue détente, hawaïen lomi-lomi, balinais



## VOTRE RESTAURATION AU CHOIX

### OPTION GOURMANDE

**24 € /** Pour le déjeuner, profitez d'un choix de 2 plats dans notre sélection du jour (entrée, plat ou plat, dessert)

OU

### OPTION SAVEURS

**40 € /** Pour le déjeuner ou le dîner, régalez vos papilles en choisissant 3 plats parmi notre carte (entrée, plat, dessert)

Boissons non comprises. Sur réservation. Options valables uniquement en complément d'une journée spa ou d'un soin à la carte.



SCANNEZ-MOI POUR CONSULTER LA CARTE DU RESTAURANT

# Les massages



Accès illimité\* au Spa Marin et à l'espace cardio-training offert dès 99 €.

## Gommage corps / 20 mn • 69 €

Idéal avant un massage, ce soin exfoliant permet d'éliminer les cellules mortes de la peau et de stimuler le renouvellement cellulaire.

## Gommage corps sous pluie marine / 15 mn • 69 €



## MASSAGES DOUX ET ENVELOPPANTS

### Massage sous pluie marine / 15 mn • 62 €

Ce massage de l'arrière du corps sous une fine pluie d'eau de mer chaude vous apportera délasserment et reminéralisation.

### Massage zen / 20 mn • 70 € / 30 mn • 85 €

Laissez-vous bercer par ce massage doux et enveloppant de l'arrière du corps.

### Massage californien absolue détente / 50 mn • 110 € / 80 mn • 170 €

Lent et enveloppant, c'est le massage de détente par excellence. Laissez-vous bercer par ses doux pétrissages et lissages pour une plénitude totale.

### Massage femme enceinte / 50 mn • 115 €

À partir du 4<sup>ème</sup> mois de grossesse.

Massage prénatal doux et cocooning, il apaise les tensions et maux de la future maman. Ce sentiment de bien-être est transmis au bébé qui profite également de cette relaxation.

### Massage signature Valdys « vague de sérénité » / 50 mn • 125 €

Dénoue les tensions musculaires et apporte un lâcher-prise total grâce aux mouvements d'ondulation au rythme du koshi. Vous clôturerez le soin par l'expérience d'un massage aux sphères d'eau chaude délassantes.



\*Accès valable uniquement le jour de vos soins



## OPTION DUO

Profitez d'un moment de complicité à deux en partageant certains soins en duo. Option disponible sur réservation et selon disponibilité. Contactez-nous !

## MASSAGES ÉNERGÉTIQUES

### Massage balinais / 50 mn • 115 €

Ce massage indonésien est un subtil équilibre de techniques traditionnelles, alliant dynamisme, relaxation et étirement pour une décontraction musculaire optimale.

### Massage abhyanga / 50 mn • 115 €

Ce massage traditionnel indien à l'huile chaude, recharge le corps en énergie et stimule les centres énergétiques pour éliminer les tensions. Il apporte relaxation et équilibre au corps.

## MASSAGES PROFONDS

### Massage suédois deep tissue / 50 mn • 119 €

Composé d'une multitude de manœuvres stimulantes, le massage suédois allie fermeté et tonicité dans le but d'améliorer la récupération et la détente musculaire.

### Massage hawaïen lomi-lomi / 50 mn • 115 €

Technique ancestrale hawaïenne pratiquée avec les mains et les avant-bras. Ce massage appuyé et enveloppant vous invitera à la relaxation par ses puissants mouvements de vague sur l'ensemble du corps.

## RITUELS MASSAGES & SOINS

### Massage Phytomer dos décontractant et reminéralisant / 50 mn • 99 €

Soin complet du dos qui allie exfoliation, massage, application de boue marine pétillante et chauffante aux vertus reminéralisantes, pour un effet détox et anti-stress.

### Massage Phytomer Sea Holistic aux bolus de mer avec gommage corps et soin visage / 80 mn • 149 €

Soin complet combinant un gommage, un massage et un soin du visage coup d'éclat. Laissez-vous bercer par le ballet de pressions des bolus de mer diffusant une douce chaleur et une fragrance aromatique aux fleurs de lavande et d'effleurage relaxant.

## MASSAGES CIBLÉS

### Massage shiatsu visage et crâne aux fleurs de Bach sérénité (crème Rescue®) / 20 mn • 70 €

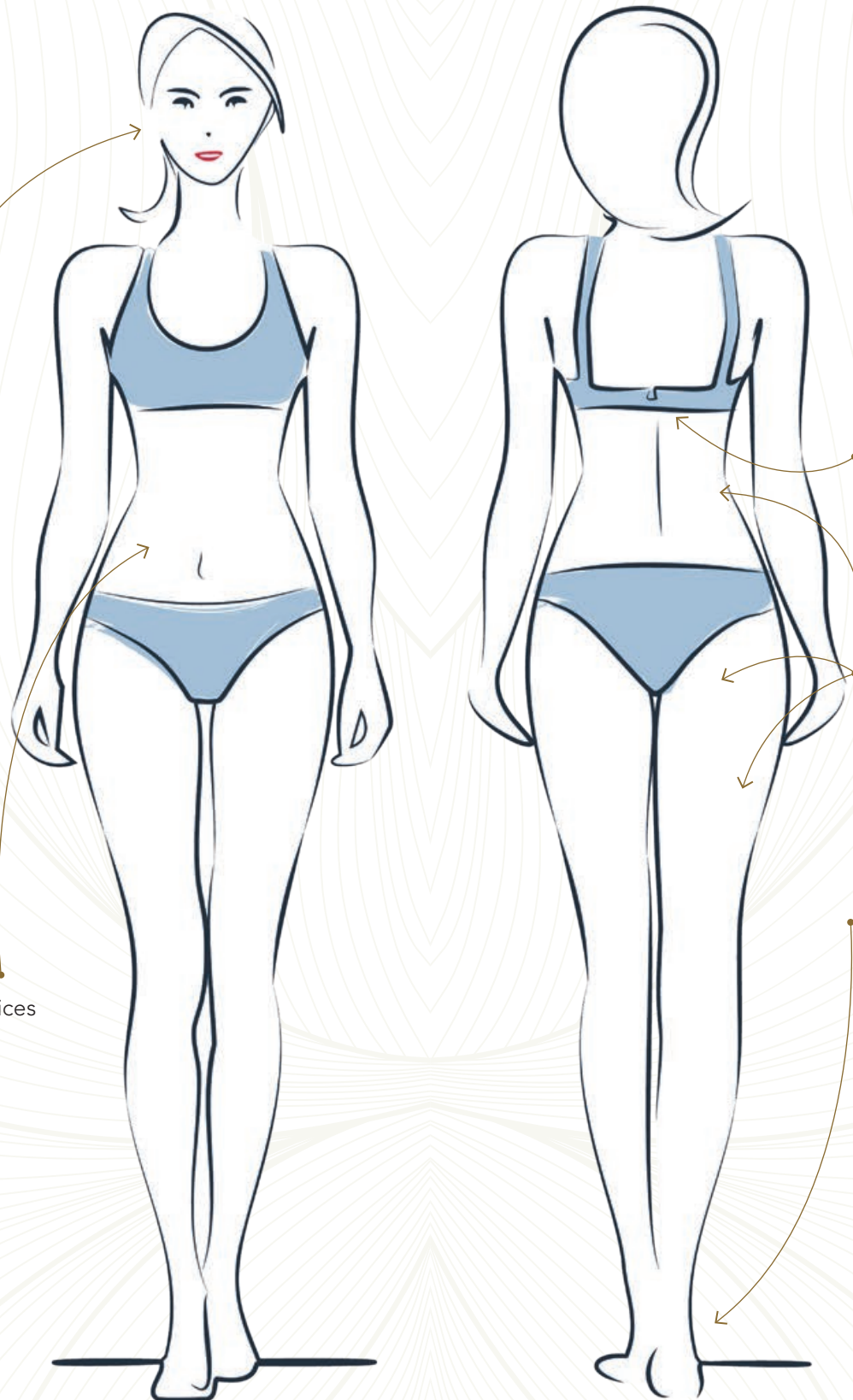
Ce massage permet une stimulation douce et une harmonisation des énergies grâce à des points de pressions effectués sur les méridiens du visage et du crâne.

### Massage kobido / 50 mn • 125 €

Ce soin ancestral japonais, est un massage repulpant du visage dynamique qui lisse, redessine et détend les traits du visage pour un coup d'éclat immédiat.

### Massage chinois du ventre (Chi Nei Tsang) / 50 mn • 119 €

Ce massage détend le ventre à l'aide de pressions et d'exercices sonores, il rééquilibre notre charge émotionnelle et améliore notre digestion pour retrouver bien-être et apaisement.



### Massage indien arrière du corps / 50 mn • 115 €

Inspiré de la tradition indienne, ce massage dynamique à l'huile chaude vous apporte une profonde relaxation en dénouant les tensions accumulées sur l'arrière du corps.

### Massage palper-rouler manuel ciblé / 20 mn • 75 €

Ce massage cutané puissant aux vertus réparatrices a été créé en 1933 à Roscoff. Véritable soin décontractant, il réoxygène les tissus, dénoue en profondeur les tensions et réduit la cellulite.

### Massage réflexe des pieds / 50 mn • 115 €

Cette technique stimule les zones réflexes des pieds en lien avec notre corps selon la médecine chinoise, afin de faire circuler les énergies et d'apporter un bien-être général.

# Les soins Visage



Accès illimité\* au Spa Marin et à l'espace cardio-training offert dès 99 €.

## SOINS VISAGE PHYTOMER

Soins personnalisés / 60 mn • 99 €

Ces soins conjuguent performance et détente intense en associant des produits aux actifs marins naturels et un massage manuel relaxant. Ils se personnalisent grâce aux conseils de nos experts qui proposeront le soin adapté aux besoins de votre peau.

🌿 Teint 🌿 Taches 🌿 Rides 🌿 Détoxification 🌿 Hydratation 🌿 Sensibilité 🌿 Imperfections

Accept Cica / soin réparateur / 50 mn • 85 €  **NOUVEAUTÉ**

Ce soin réparateur au Codium Bio Fermenté cible les peaux réactives ou fragilisées. Ses formules haute nutrition sans parfum sont associées à un massage décongestionnant pour apaiser la peau et réduire les sensations d'inconfort.

Cyfolia BIO / soin bio repulpant éclat / 60 mn • 99 €

Un joli coup d'éclat et une peau hydratée, baignée de confort et de nutrition. Le regard est défatigué, la peau est lumineuse et repulpée.

Peau neuve au masculin / soin pour homme / 60 mn • 99 €

Ce soin s'adapte aux spécificités de l'épiderme masculin. Il conjugue efficacité et relaxation en associant des ingrédients marins. La peau retrouve confort et éclat.

🌿 Hydratant 🌿 Jeunesse 🌿 Apaisant 🌿 Oxygénant

Pionnier Suprême / soin jeunesse d'exception visage, lèvres & décolleté / 80 mn • 139 €

Ce soin d'exception redonne à la peau toute la fraîcheur, la jeunesse et l'éclat qu'elle mérite dans une détente absolue en intégrant un massage du dos. Tout au long du soin, le dos est infusé des oligo-éléments d'une boue marine dans une sensation relaxante de douce chaleur.



### EN COMPLÉMENT DE VOTRE SOIN VISAGE PHYTOMER

#### REGARD

Soin lissant éclat yeux / 15 mn • 30 €

OU

#### RELAX DOS

Soin défatiguant reminéralisant / 15 mn • 30 €

## SOINS VISAGE DERMO-COSMÉTIQUES VIE COLLECTION

Soins personnalisés / 50 mn • 109 €

Ces soins de haute performance garantissent les meilleurs résultats contre le vieillissement cutané, ils associent des actifs dermatologiques et les techniques les plus performantes inspirées de la médecine esthétique.

Ils se personnalisent grâce aux conseils de nos experts qui proposeront le soin adapté à votre problématique.

🌿 Rides 🌿 Taches 🌿 Fermeté 🌿 Hydratation 🌿 Rougeurs 🌿 Imperfections

Peeling acide ultra-concentré / soin resurfaçant rénovateur / 50 mn • 109 €

Une exfoliation d'acide glycolique à 20% pour un resurfaçage complet de la peau. Le teint est visiblement plus homogène et lumineux et le grain de peau est affiné.



### EN COMPLÉMENT DE VOTRE SOIN VISAGE VIE COLLECTION

#### DIMENSIONS YEUX

Soin ciblé rides-cernes-poches / 15 mn • 40 €

OU

#### HAND CONTROL **NOUVEAUTÉ**

Soin jeunesse unifiant mains / 15 mn • 40 €

\*Accès valable uniquement le jour de vos soins

# Les sains Experts



Accès illimité\* au Spa Marin et à l'espace cardio-training offert dès 99 €.

## MINCEUR ET DIÉTÉTIQUE

Pressothérapie / 20 mn • 52 €

Technique de drainage mécanique qui permet de booster la circulation sanguine et lymphatique. Idéale pour les jambes lourdes ou pour lutter contre la cellulite.

Madérothérapie / 20 mn • 70 € **NOUVEAUTÉ**

Cette technique de massage utilise des outils en bois pour améliorer la circulation sanguine, tonifier les muscles et sculpter le corps. Inspirée de pratiques anciennes, elle vise à stimuler le drainage lymphatique et à réduire la cellulite.

Massage signature Valdys « vague drainante » / 50 mn • 119 € **NOUVEAUTÉ**

Technique de massage ciblée qui combine les principes du drainage lymphatique traditionnel et des méthodes de remodelage corporel. Ce massage stimule la circulation lymphatique pour éliminer les toxines, tout en sculptant et en raffermissant les tissus pour affiner la silhouette.

Phytomer Sculpt Zone / soin d'attaque ventre-fesses-cuisses / 60 mn • 102 €

Un gommage intensif, un massage localisé et un enveloppement thermo-sculptant dernière génération pour piéger les rondeurs et la cellulite en un temps record.

## RÉCUPÉRATION

Cryothérapie / 3 mn • 55 € / forfait 5 séances • 220 € *au lieu de 275 €*

La cryothérapie consiste en une exposition brève du corps au froid extrême, à une température entre -156°C et -196°C, avec un ressenti de 5°C à 8°C seulement. Cette pratique apporte de nombreux bénéfices hormonaux et biochimiques tels que la stimulation de la micro-circulation et du collagène améliorant ainsi la fermeté et la tonicité de la peau. Elle est également largement reconnue dans le domaine sportif pour son efficacité de récupération post-effort.

\*Accès valable uniquement le jour de vos soins

≈ Chez Valdys ≈

## ON PREND SOIN DE CEUX QUE VOUS AIMEZ

#COFFRETS ET CHÈQUES CADEAUX THALASSO & SPA

**SOINS THALASSO & SPA, INSTANTS GOURMANDS,  
SÉJOURS SUR-MESURE SUR 4 DESTINATIONS :**

ROSCOFF • DOUARNENEZ  
PORNICHET - BAIE DE LA BAULE • SAINT-JEAN-DE-MONTS

■ 02 98 74 47 47 ■ [www.thalasso.com](http://www.thalasso.com)



SCANNEZ ET DÉCOUVREZ  
L'ENSEMBLE DE NOS COFFRETS  
ET CHÈQUES CADEAUX !







**OUVERT 7 JOURS / 7 • DE 9H00 À 19H00**

**RENSEIGNEMENTS & RÉSERVATIONS :**

**02 98 74 47 47 • [thalasso.valdysdouarnenez@thalasso.com](mailto:thalasso.valdysdouarnenez@thalasso.com)**

VALDYS RESORT DOUARNENEZ - 42 rue des Professeurs Curie - 29100 Douarnenez

Suivez toutes nos offres sur [www.thalasso.com](http://www.thalasso.com) -  

