

DOUARNENEZ

Valdys

CARTE DES SOINS

THALASSO & SPA • ÉDITION 2023



valdys
RESORT

HÔTEL THALASSO & SPA



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

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

25 € LA DEMI-JOURNÉE

- 🍷 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 avec vue sur mer
- 🍷 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



NOS MARQUES EXPERTES

Les produits **Phytomer** offrent les **bienfaits inestimables de la mer** dans des soins visage et corps hautement ressourçants. Depuis près de 50 ans, cette marque **familiale bretonne**, crée du bien-être et invente la beauté de demain dans ses laboratoires de pointe.

Les solutions anti-âge visage **VIE Collection** inspirées par la **médecine esthétique** ont un impact direct et visible sur le rajeunissement de votre peau. Une manière efficace de renforcer les effets régénérants de votre soin.

Avec **LPG Endermologie**, obtenez des résultats visibles sur votre corps et votre visage, grâce à une action sur les signes du temps (rides, relâchement des tissus...) et les zones rebelles (cellulite, rondeurs tenaces...). Un traitement anti-âge et minceur sans douleur, 100 % naturel.

PHYTOMER

Vie COLLECTION

LPG
endermologie



LA BOUTIQUE

Découvrez notre large sélection de cosmétiques (Phytomer, VIE Collection...), prêt-à-porter (Elle est où la Mer, Banana Moon...), et maillots de bain (Livia, Speedo...). Nos conseillers sont présents 7 jours / 7 pour répondre à vos questions et vous orienter dans vos choix.

N'hésitez pas à nous contacter :
02 98 74 47 47
thalasso.valdysdouarnenez@thalasso.com



NOUVELLE GAMME DE SOINS MARINS VALDYS



Prolongez l'expérience thalasso jusque dans votre salle de bain grâce à notre gamme de soins dédiée à votre bien-être. Cataplasmes d'algues brunes, enveloppement à l'argile marine, gel douche et savon de massage aux algues laminaires, sel marin et gelée d'algues pour le bain, huile de massage, gommage à l'huile d'abricot et cristaux de sels, découvrez nos soins experts thalasso «made in Bretagne».



Les journées

THALASSO & SPA



Accès illimité* au **SPA MARIN**
et à **L'ESPACE CARDIO-TRAINING**
inclus dans **CHAQUE JOURNÉE**
Thalasso & Spa

*Accès valable uniquement le jour de vos soins

PAUSES THALASSO

Pause détente & gourmande / 80 € ≈ **NOUVEAUTÉ**

- 1 soin d'hydrothérapie
- 1 déjeuner 2 plats au choix (entrée, plat ou plat, dessert)
(Hors boissons. Journée non disponible Les dimanches et jours fériés)

Pause bulle de détente / 89 €

- 1 enveloppement au choix⁽¹⁾ sur matelas chauffant
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues **★★DUO**

Pause parent-ado / 100 € par personne ≈ **NOUVEAUTÉ**

Journée pour deux personnes, avec un adolescent âgé de 12 à 16 ans. Les soins sont pratiqués en cabine duo.

- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues **★★DUO**
- 1 massage du dos 20 mn **★★DUO**

Pause bulle de douceur / 119 €

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

Pause exotique / 139 €

- 1 hydrorelax
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues **★★DUO**
- 1 massage exotique à l'huile de coco 20 mn **★★DUO**

Pause absolue détente / 169 €

- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues **★★DUO**
- 1 pluie marine
- 1 massage californien absolue détente 50 mn⁽²⁾ **★★DUO**

Pause cocoon / 169 €

- 1 enveloppement de crème d'algues laminaires sur matelas chauffant
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues **★★DUO**
- 1 pluie marine
- 1 massage zen 20 mn⁽²⁾ **★★DUO**

★★DUO Vivez certains soins à deux pour un moment complice.
Valable pour 2 personnes ayant acheté le même soin. Sur demande et selon disponibilité.

⁽¹⁾Enveloppements à la carte p. 24. ⁽²⁾Massages p. 10 à 15.

RITUELS SPA

RITUELS SPÉCIAL MAMAN

Rituel future maman / 139 € ≈ NOUVEAUTÉ

JUSQU'AU 3^{ÈME} MOIS DE GROSSESSE :

- 1 enveloppement nacré à l'hibiscus sur matelas chauffant
- 1 soin visage Phytomer 60 mn au choix⁽¹⁾

OU

À PARTIR DU 4^{ÈME} MOIS DE GROSSESSE :

- 1 enveloppement nacré à l'hibiscus sur matelas chauffant
- 1 massage femme enceinte 50 mn⁽²⁾

Rituel jeune maman / 199 € ≈ NOUVEAUTÉ

- Pour maman :** 1 massage californien absolue détente 50 mn ou 1 massage javanais 50 mn⁽²⁾ + 1 enveloppement nacré à l'hibiscus sur matelas chauffant
- Pour l'accompagnant :** accès au Spa Marin le jour du rituel
- Pour maman + bébé* + accompagnant :** 1 bain au naturel avec bébé

* à partir de 3 mois (carnet de vaccination à jour)

Rituel plaisir d'être ensemble / 65 € par personne

Journée disponible à partir de 6 personnes.

Que ce soit pour un anniversaire, un enterrement de vie de jeune fille ou bien uniquement pour vous faire plaisir entre amis ou en famille : ce rituel est idéal pour vous rassembler et partager un moment cocooning unique.

- entrée au Spa Marin + coupe de champagne + repas au restaurant (entrée, plat, dessert)

Rituel évasion / 155 € ≈ NOUVEAUTÉ

- 1 gommage corps au choix⁽³⁾ ★★DUO
- 1 massage du monde 50 mn au choix⁽²⁾ parmi : abhyanga, californien absolue détente, hawaïen Lomi-Lomi, balinais ★★DUO

Rituel traditionnel japonais / 155 € ≈ NOUVEAUTÉ

- 1 bain hydromassant aux infusions divines au choix⁽⁴⁾
- 1 massage kobido 50 mn⁽²⁾

Rituel autour du monde / 189 €

- 1 gommage corps au choix⁽³⁾ ★★DUO
- 1 enveloppement au choix⁽⁵⁾ sur matelas chauffant
- 1 massage du monde 50 mn au choix⁽²⁾ parmi : abhyanga, californien absolue détente, hawaïen Lomi-Lomi, balinais ★★DUO

★★DUO Vivez certains soins à deux pour un moment complice.
Valable pour 2 personnes ayant acheté le même soin. Sur demande et selon disponibilité.

⁽¹⁾ Soins visage Phytomer p. 18. ⁽²⁾ Massages p. 10 à 15. ⁽³⁾ Gommages à la carte p. 11.

⁽⁴⁾ Bains hydromassants p. 23. ⁽⁵⁾ Enveloppements à la carte p. 24.

Rituel plaisir d'être à deux / 195 € par personne ≈ NOUVEAUTÉ

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

- 1 gommage corps au choix⁽³⁾ ★★DUO
- 1 bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues ★★DUO
- 1 massage zen 20 mn⁽²⁾ ★★DUO
- 1 déjeuner au restaurant (entrée, plat, dessert) avec cocktail du jour

Rituel ayurvédique / 199 € ≈ NOUVEAUTÉ

- 1 gommage ayurvédique ★★DUO
- 1 soin tradition indienne : 1 massage abhyanga 50 mn⁽²⁾ suivi d'1 soin shirodhara 25 mn →

Le shirodhara consiste à faire couler un filet d'huile de sésame chaude lentement et par balayages au niveau du front afin d'apaiser son corps et son esprit.



OPTION GOURMANDE

22 € / Pour le déjeuner, profitez d'un choix de 2 plats dans notre sélection du jour (entrée, plat ou plat, dessert)

OPTION SAVEURS

40 € / Pour le déjeuner ou pour le dîner, réglez vos papilles :
Cocktail du jour
Entrée, plat et dessert

Boissons non comprises. Sur réservation. Offre valable uniquement en complément d'une journée spa. L'option gourmande n'est pas disponible les dimanches ou les jours fériés.



SCANNEZ-MOI POUR CONSULTER LA CARTE DU RESTAURANT



Les massages

THALASSO & SPA



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

🌿 Gommage corps / 20 mn • 65 € ★★DUO

Idéal avant un massage, ce soin exfoliant permet d'éliminer les cellules mortes de la peau et de stimuler le renouvellement cellulaire en profondeur. Nous vous guiderons dans votre choix selon vos envies et votre type de peau.



Carte des gommages :

- 🌿 Énergisant pamplemousse
- 🌿 Cuivré à huile d'abricot
- 🌿 Fraîcheur aux 3 sels
- 🌿 **NOUVEAUTÉS** : 🌿 Douceur coquilles d'huîtres
- 🌿 Gourmand au sucre

CIBLEZ LES ZONES DE MASSAGE SELON VOS PRÉFÉRENCES !

🌿 **MASSAGE VISAGE & CORPS** : massage californien absolue détente 80 mn, massage signature Valdys «vague de sérénité», massage Phytomer Sea Holistic aux bolus de mer avec gommage corps et soin visage.

🌿 **MASSAGE DOS & CUIR CHEVELU** : massage Phytomer dos décontractant et reminéralisant.

🌿 **MASSAGE CORPS ENTIER** : massage californien absolue détente 50 mn, massage balinais, massage javanais, massage éveil des sens, massage femme enceinte, massage suédois deep tissue, massage hawaïen lomi-lomi, massage des Caraïbes, massage Phytomer Oligomer® Spa ressourçant, massage shiatsu, massage abhyanga, soin tradition indienne, massage palper-rouler manuel ciblé.

🌿 **MASSAGE VISAGE** : massage shiatsu visage et crâne aux fleurs de Bach sérénité, massage kodibo.

🌿 **MASSAGE ARRIÈRE DU CORPS** : massage sous pluie marine, massage zen, soin sérénité fleurs de Bach, massage indien arrière du corps.

🌿 **MASSAGE VENTRE** : massage chinois du ventre (Chi Nei Tsang).

🌿 **MASSAGE PIEDS** : massage réflexe des pieds, massage des pieds aux bols Kansu.

QUELQUES MINUTES DE BONHEUR

🌿 Massage sous pluie marine / 15 mn • 59 €

Ce massage de l'arrière du corps, sous une fine pluie d'eau de mer chaude, vous détendra profondément. Laissez-vous porter par son effet décontractant immédiat et anti-stress.

🌿 Massage zen / 20 mn • 65 € / 30 mn • 80 € ★★DUO

Massage relaxant de l'arrière du corps à l'huile parfumée pour un délasserment tout en douceur et une profonde détente.

🌿 Massage shiatsu visage et crâne

aux fleurs de Bach sérénité (crème Rescue®) / 20 mn • 65 € ★★DUO

La stimulation douce des méridiens chasse les tensions, libère et harmonise les énergies. La crème Rescue®, qui associe six fleurs de Bach, parfait ce soin apaisant et réconfortant.

★★DUO Vivez certains soins à deux pour un moment complice.

Valable pour 2 personnes ayant acheté le même soin. Sur demande et selon disponibilité.

MASSAGES DOUX ET ENVELOPPANTS

🌿 Massage éveil des sens / 50 mn • 119 €

Véritable voyage des sens au bord de l'océan, ce massage doux allie musique, parfum apaisant et mouvements enveloppants. Il se pratique à l'aide des mains, pouces, avant-bras en associant aussi des coquillages chauds pour une relaxation absolue.

🌿 Massage californien absolue détente / 50 mn • 99 € / 80 mn • 160 € ★★DUO

Massage de relaxation intense, du cuir chevelu à la voûte plantaire, pour un bien-être et un lâcher prise total. Déclinez cet instant sérénité en 50 ou 80 minutes et laissez-vous bercer par des mouvements lents et fluides. C'est le soin détente par excellence.

🌿 Massage balinaï / 50 mn • 109 € ★★DUO

Ce massage indonésien vous emporte dans les contrées balinaïses lointaines. Délassant, dynamisant et profond à la fois, le massage balinaï Urut Pijat est un subtil équilibre de techniques traditionnelles, alliant tonicité, relaxation et drainage.

🌿 Massage javanais / 50 mn • 109 € ★★DUO

Inspiré des soins de l'île de Java, ce massage anti-stress allie manœuvres lentes, drainantes et enveloppantes. Ce soin profond apporte plénitude et légèreté au corps et à l'esprit.

🌿 Massage signature Valdys « vague de sérénité » / 50 mn • 119 € ≈ NOUVEAUTÉ

Laissez-vous porter par les mouvements d'ondulations et les pressions douces de ce soin signature d'exception. Il dénoue les tensions musculaires et le stress accumulés grâce aux bienfaits de l'eau de mer, au protocole expert Valdys et aux mouvements exercés par des boules de massage d'eau chauffées. Le lâcher prise est garanti et le dépaysement est total.

🌿 Massage femme enceinte / 50 mn • 109 € ≈ NOUVEAUTÉ - À partir du 4^{ème} mois de grossesse.

Ce massage prénatal doux et cocooning apaise les tensions et maux de la future maman. Il libère les tensions physiques, améliore la circulation lymphatique et garanti un confort total grâce à son coussin de grossesse.

MASSAGES PROFONDS

🌿 Massage suédois deep tissue / 50 mn • 109 €

Composé d'une multitude de manœuvres stimulantes, le massage suédois allie fermeté et douceur. Il dénoue en profondeur les tensions musculaires, réduit le stress et améliore la circulation sanguine pour soulager et équilibrer le corps durablement.

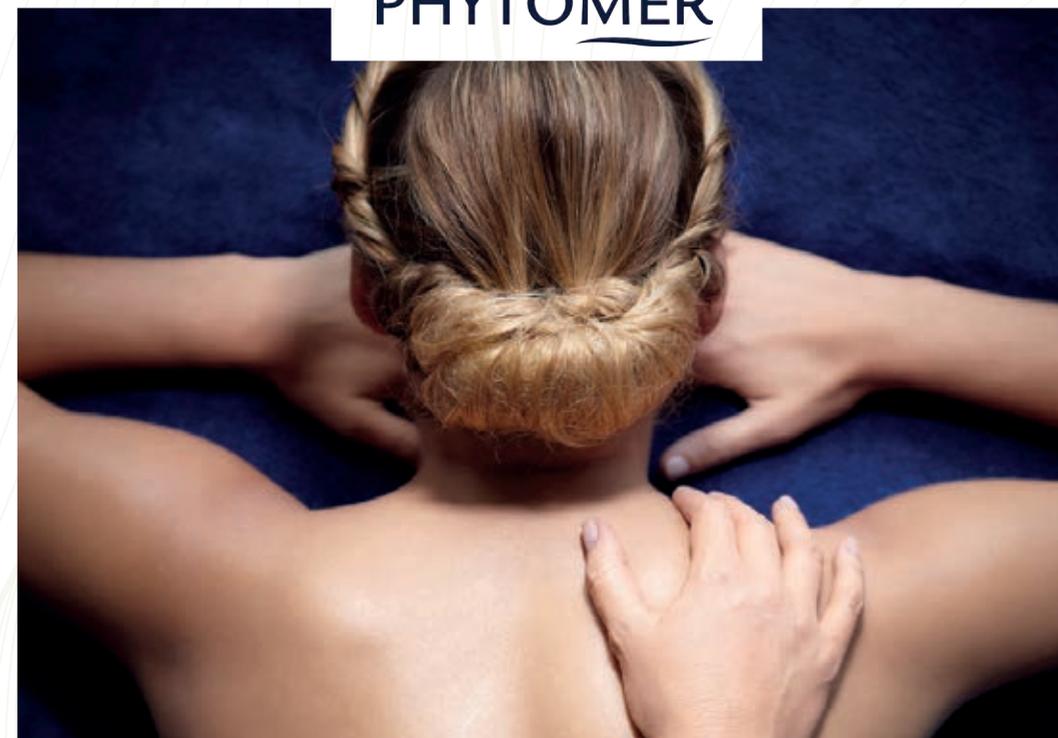
🌿 Massage hawaïen lomi-lomi / 50 mn • 109 € ★★DUO

Technique ancestrale hawaïenne pratiquée avec les mains et les avant-bras, ce massage holistique du corps, associé à l'huile de coco, est profond et enveloppant. Par ses mouvements de vagues, il permet de relier corps, émotions et esprit, tout en libérant les tensions.

🌿 Massage des Caraïbes / 50 mn • 109 €

Inspiré des danses africaines et antillaises, ce massage tonique du corps est une véritable invitation au voyage. Un savant mélange de techniques ancestrales orientales et occidentales. Un moment de pure relaxation.

PHYTOMER



🌿 Massage Phytomer dos

décontractant et reminéralisant / 50 mn • 90 € ★★DUO

Une relaxation intense et un nettoyage en profondeur pour ce soin complet qui allie un gommage purifiant, un massage ultra-relaxant du dos et du cuir chevelu et une application de boue marine pétillante et chauffante aux vertus détoxifiantes.

🌿 Massage Phytomer

Oligomer® Spa ressourçant / 50 mn • 109 € ★★DUO ≈ NOUVEAUTÉ

Ce soin relaxant et ré-énergisant offre une expérience sensorielle unique du bout des orteils à la pointe des cheveux grâce à l'Oligomer®, actif mythique de Phytomer aux bienfaits reminéralisants et fortifiants.

🌿 Massage Phytomer Sea Holistic aux bolus de mer

avec gommage corps et soin visage / 80 mn • 139 € ★★DUO

Soin complet combinant un gommage, un massage très original d'inspiration thaï – entre effleurages, pressions et étirements doux – et un soin du visage coup d'éclat. Laissez-vous bercer par le balai des bolus de mer diffusant une douce chaleur et une fragrance aromatique aux fleurs de lavande. Le corps est détendu, le visage est rayonnant.

★★DUO Vivez certains soins à deux pour un moment complice.
Valable pour 2 personnes ayant acheté le même soin. Sur demande et selon disponibilité.

MASSAGES CORPS ET ESPRIT

🌿 Soin sérénité fleurs de Bach (bilan et massage) / 50 mn • 99 €

Ce rituel débute par un bilan émotionnel afin de sélectionner les fleurs de Bach qui vous aideront à lâcher prise tout au long du soin. Véritables élixirs floraux, les fleurs de Bach agissent positivement sur les émotions négatives ou les humeurs, elles aident à surmonter toutes sortes d'états émotionnels (peur, découragement, anxiété...). Il se prolonge par un massage doux sur l'arrière du corps d'une durée moyenne de 30 mn pour un moment de pure détente et relaxation.

🌿 Massage shiatsu / 50 mn • 109 €

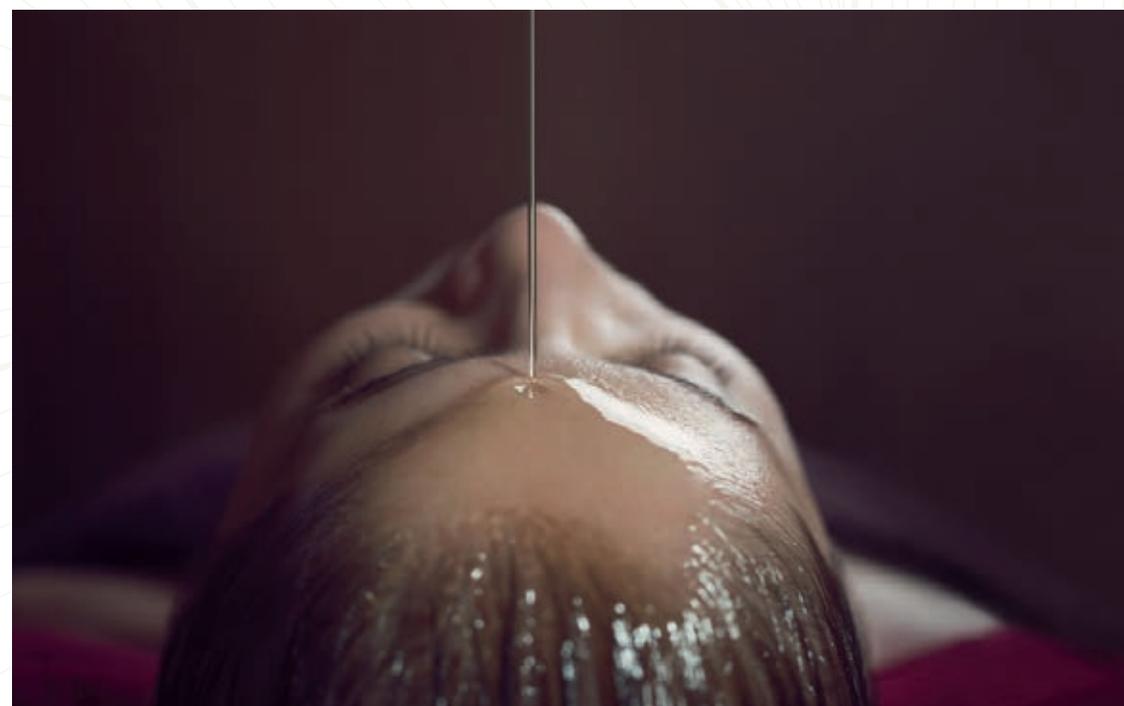
Le shiatsu est une méthode de massage japonaise millénaire pratiquée sans huile. Par la pression des doigts ou de la main sur les points et méridiens d'acupuncture, il permet de rééquilibrer l'énergie du corps dans son ensemble (yin et yang), de stimuler et de renforcer les capacités d'auto-guérison pour un bien-être total.

🌿 Massage abhyanga / 50 mn • 109 € ★★DUO

Issu de la médecine indienne ayurvédique, ce massage énergétique est pratiqué sur l'ensemble du corps à l'huile chaude d'abricot. Très relaxant et détoxifiant, il renforce la vitalité et réactive la circulation du « prana » l'énergie vitale du corps.

🌿 Soin tradition indienne (massage et soin) / 75 mn • 160 € ≈ NOUVEAUTÉ

Ce soin est un véritable voyage des sens et de l'esprit dans la plus pure tradition indienne. Il débute par un massage abhyanga aux vertus relaxante et énergisante, idéal pour améliorer son sommeil et rééquilibrer son corps. Il se poursuit par un soin shirodhara, qui consiste à faire couler un filet d'huile de sésame chaude lentement et par balayages au niveau du front afin d'apaiser son mental.



MASSAGES CIBLÉS

🌿 Massage palper-rouler manuel ciblé / 20 mn • 70 €

Ce massage cutané puissant aux vertus réparatrices a été créé en 1933 à Roscoff. Il consiste à rouler un pli de peau entre les doigts et à le pétrir. Cette technique est utilisée pour réparer les troubles fonctionnels, traiter les douleurs du corps ou encore réduire la cellulite. Véritable soin décontractant, ce massage manuel, ciblé en fonction des besoins, réoxygène l'épiderme.

🌿 Massage réflexe des pieds / 50 mn • 105 €

Selon la médecine chinoise, chaque zone réflexe du pied est en relation avec une partie de notre corps. Découvrez cette technique de massage manuel à base de stimulations et pressions de la plante des pieds. Une méthode douce qui favorise détente, circulation des énergies et soulage les douleurs.

🌿 Massage indien arrière du corps / 50 mn • 109 € ★★DUO

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 des jambes et du dos. Détente physique et mentale assurée.

🌿 Massage chinois du ventre (Chi Nei Tsang) / 50 mn • 109 €

La médecine chinoise considère le ventre comme le deuxième cerveau. Le Chi Nei Tsang, littéralement « transformation de l'énergie des organes internes » est un massage taoïste chinois du ventre, qui travaille chaque organe à l'aide de pressions et de sons. Il allie respirations profondes et travail sur le système digestif. Ce soin rééquilibre notre charge émotionnelle et améliore notre digestion pour retrouver vitalité et bien-être.

🌿 Massage des pieds aux bols Kansu / 50 mn • 119 €

Composé d'un bain et d'un gommage des pieds, le soin se poursuit par le Poorvakarma : une préparation du corps pour recevoir le massage des pieds à l'aide d'un bol Kansu constitué d'un alliage de 3 métaux (cuivre, zinc et bronze). Ce soin stimule les points réflexes des pieds ainsi que les 5 éléments fondamentaux qui composent l'être humain (terre, eau, feu, air, espace), pour une purification et un rééquilibrage du corps et de l'esprit.

🌿 Massage kobido / 50 mn • 119 €

Le kobido, soin ancestral venu du Japon, est un massage repulpant du visage dont les résultats sont appréciables dès la première séance. Les pétrissages en profondeur associés à des manœuvres stimulantes viennent détendre et lisser les traits du visage, redessiner l'ovale et stimuler la production de collagène. Un drainage en dernière phase contribue à éliminer les toxines et révéler l'éclat du teint.

★★DUO Vivez certains soins à deux pour un moment complice.
Valable pour 2 personnes ayant acheté le même soin. Sur demande et selon disponibilité.

Les soins VISAGE



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*

SOINS VISAGE **LPG ENDERMOLOGIE** INNER POWER BETTER LIFE.

Grâce aux micro-battements indolores sur la peau, les fibroblastes, aussi appelés cellules de jeunesse, activent la production de collagène (fermeté), d'élastine (souplesse) et d'acide hyaluronique (volume et hydratation) du visage. Les résultats sont immédiats : une peau plus souple, les pores resserrés, un teint plus frais, des traits raffermiss et des rides estompées.

Diagnostic & bilan personnel LPG endermoscan / 30 mn • 69 €
Offert dès 6 séances achetées.

LPG endermologie soin régénération cellulaire / visage, cou et mains / 75 mn • 155 €

FORFAITS : 6 séances 840 € au lieu de 930 € 12 séances 1572 € au lieu de 1860 €

Diagnostic et bilan inclus dans les forfaits, devis sur demande.

Ce soin anti-âge 100 % naturel illumine le teint, draine les toxines, affine le grain de la peau et comble les rides du visage, du cou et des mains. La peau renaît !

LPG endermologie soin sur-mesure / 1 à 4 zones / 10, 20, 30 ou 40 mn • de 20 à 92 €

FORFAITS : 6 séances à partir de 108 € 12 séances à partir de 192 €

Diagnostic et bilan inclus dans les forfaits, devis sur demande.

En choisissant des zones à cibler, vous agissez durablement sur l'éclat de votre teint et la purification de votre peau, souvent éprouvée par le stress, la pollution, l'âge et le soleil. Votre visage retrouve tonicité et fermeté.

ZONES : front, regard anti-rides, regard poches et cernes, bouche, double menton, ovale, cou, décolleté, mains.

Kit visage LPG endermologie / 20 €

Obligatoire lors de vos séances LPG endermologie visage, il vous est personnel et garantit une hygiène parfaite. Offert dès 6 séances achetées.

SOINS VISAGE PHYTOMER

SOINS VISAGE ANTI-ÂGE



Phytomer Pionnier Suprême /

soin jeunesse d'exception visage, lèvres & décolleté / 80 mn • 129 €

Avec son masque liftant et sa lotion biotech ultra-concentrée, ce soin atteint le summum de la performance anti-âge et redonne à la peau toute sa jeunesse, sa douceur et sa luminosité. Le massage du visage, à la pointe de l'expertise manuelle Phytomer, offre une qualité de détente exceptionnelle et des résultats visibles instantanément. Le module dédié à la bouche repulpe les lèvres et défroisse leur contour. L'application de la boue marine auto-chauffante, après le massage, parfait la relaxation et recharge le corps en énergie.

Phytomer Oligoforce Lumière / soin ultra complet teint-taches-rides / 60 mn • 92 €

Ce soin anti-âge ultra-complet illumine le teint, atténue les taches et lisse les rides. L'alliance idéale entre un peeling acide à 20 % et un masque tissu riche en Oligomer®, pour combler la peau de lumière.

Phytomer Expert Jeunesse / soin correction rides / 60 mn • 92 €

Ce soin anti-âge ultra-efficace cible toutes les rides pour lisser la peau, combler les sillons et repulper le visage.

SOINS VISAGE CIBLÉS

Phytomer Citadine / soin oxygénant éclat / 60 mn • 92 €

Véritable bouffée d'oxygène pour la peau, ce soin concentre tous les bienfaits et facultés détoxifiantes de la mer. Cette parenthèse anti-pollution élimine les traces de fatigue, illumine le teint et réhydrate la peau.

Phytomer Hydra Originel / soin désaltérant repulpant aux algues bio / 60 mn • 92 €

Ce soin conjugue hydratation maximale et détente intense grâce à l'association des ingrédients marins bio ultra-performants à la gestuelle manuelle relaxante. La peau est repulpée, revitalisée et plus lumineuse.

Phytomer Cyfolia / soin repulpant éclat & contours yeux / 60 mn • 92 €

Ce soin à l'algue bio Cyfolia est une véritable ode à la naturalité grâce à la combinaison de produits bio certifiés par ECOCERT au parfum 100% naturel. Il concentre 30 minutes de massage du visage et du contour des yeux relaxant et repulpant avec une sève de massage bio nourrissante.

Phytomer Douceur Marine / soin reconfortant apaisant / 60 mn • 92 €

Un voile de douceur pour les peaux sensibles sujettes à des sensations de tiraillements, des rougeurs diffuses ou des irritations. Ce soin cocon adoucit la peau et renforce son système de protection pour un épiderme apaisé, uniformisé et idéalement hydraté.

Phytomer Acnipur / soin solution imperfections / 60 mn • 92 €

Ce soin visage ciblé désincrustant et matifiant, à l'efficacité prouvée contre les imperfections, permet de retrouver une peau visiblement plus saine, fraîche et nette.

Phytomer Peau neuve au masculin / soin pour homme / 60 mn • 92 €

Entrez dans un univers dédié aux hommes. Choisissez un soin hydratant, jeunesse, apaisant ou oxygénant, adapté aux spécificités de l'épiderme masculin.



EN COMPLÉMENT DE VOTRE SOIN VISAGE

Phytomer option Regard / soin lissant éclat yeux / 20 mn • 29 €

Un soin ultra-complet, performant et relaxant pour un regard qui pétillonne de jeunesse. Il associe un massage dynamisant, dédié à la zone regard, à des produits sensoriels aux résultats visibles immédiatement. En un seul soin, le regard est défroissé, ravivé et défatigué.

Phytomer option Relax Dos / soin défatiguant reminéralisant / 15 mn • 29 €

Un massage du dos ultra-relaxant, suivi de l'application de la boue marine auto-chauffante pétillante et reminéralisante, pour une détente absolue et une détoxification optimale. En complément des soins visage Phytomer (inclus dans le Phytomer Pionnier Suprême).

8 soins visage haute performance inspirés par la médecine esthétique, proposés en partenariat avec VIE Collection, première marque professionnelle dermo-cosmétique.



LES FORFAITS VIE COLLECTION

- 🌿 Pack de 3 soins de 50 mn • 267 € au lieu de 291 €
- 🌿 Pack de 5 soins de 50 mn • 425 € au lieu de 485 €

🌿 VIE Collection Peeling acide ultra-concentré / soin resurfaçant rénovateur / 50 mn • 97 €

Une exfoliation acide haute concentration à 20 % d'acide glycolique pour un resurfaçage complet de la peau. Le teint est visiblement plus homogène et lumineux, et le grain de peau est affiné. Idéal en début de cure anti-âge.

Résultats⁽¹⁾ = effet peau neuve dès le premier soin - le teint est plus lumineux : 68 %.

🌿 VIE Collection Rétinopur / soin peeling lissant anti-imperfections / 50 mn • 97 €

Un soin anti-âge dédié aux peaux mixtes à grasses, qui mise sur le pouvoir des acides de fruits et du rétinol pour venir à bout des rides et des imperfections. La peau est purifiée, désincrustée et les imperfections sont réduites.

Résultats⁽²⁾ = peau purifiée : 100 % - imperfections réduites : 100 % - points noirs désincrustés : 100 % - pores resserrés : 100 % - teint uniforme et lumineux : 100 % - peau lissée : 100 %.

🌿 VIE Collection 3 Dimensions rides / soin ciblé rides / 50 mn • 97 €

Un protocole complémentaire ou alternatif aux injections de botox, d'acide hyaluronique et de facteurs de croissance pour lisser toutes les rides. 3 étapes pour une action précise, complète et performante sur les sillons installés.

Résultats⁽³⁾ = rides du haut du visage décripées : 100 % - rides du bas du visage comblées : 95 %.

🌿 VIE Collection Pro-collagen / soin liftant raffermissant / 50 mn • 97 €

Ce soin liftant raffermissant visage, cou et décolleté vous offre un effet tenseur immédiat. Accompagné d'un massage avec des produits concentrés en peptides (faisant écho aux techniques de laser, LED et micro-needling), cette séance améliorera visiblement la fermeté de votre peau.

Résultats⁽⁴⁾ = peau repulpée : 100 % - peau liftée : 83 % - peau lissée : 95 % - peau plus ferme : 87 % - traits retendus : 91 %.

🌿 VIE Collection Mela-bright / soin éclat anti-taches / 50 mn • 97 € **NOUVEAUTÉ**

Une triple exfoliation dépigmentante pour faire peau neuve et des ingrédients dermo-cosmétique de référence pour lutter contre l'hyperpigmentation, le teint irrégulier et les taches. Dès le 1^{er} soin, le teint est éclairci, plus uniforme et plus lumineux.

Résultats⁽⁵⁾ = teint éclatant et lumineux : 100 % - la peau est lissée : 100 % - les taches sont réduites : 100 %.

🌿 VIE Collection Mésoforce / soin revitalisant repulpant / 50 mn • 97 €

Un soin personnalisable, directement inspiré d'une séance de mésothérapie en cabinet esthétique, pour une revitalisation complète contre les signes de l'âge. Il amplifie l'hydratation et ravive l'éclat des peaux marquées, desséchées et saturées.

Résultats⁽⁶⁾ = la peau est réhydratée : 100 % - la peau est revitalisée : 100 % - le visage s'illumine : 100 %.

🌿 VIE Collection Rosa control / soin anti-rougeurs / 50 mn • 97 €

Un soin apaisant sur-mesure pour répondre aux besoins des peaux sensibles sujettes à la couperose et à la rosacée. La peau est apaisée, renforcée et les rougeurs sont réduites.

Résultats⁽⁷⁾ = rougeurs atténuées : 92 % - peau unifiée : 88 % - peau lissée et repulpée : 96 %.



EN COMPLÉMENT DE VOTRE SOIN VISAGE

🌿 VIE Collection 3 Dimensions yeux / soin ciblé rides-cernes-poches / 15 mn • 40 €

Un module ultra-complet, performant et relaxant pour une triple correction du contour des yeux : le regard est lissé, réveillé et ravivé. En complément de tous les soins visage.

Résultats⁽⁸⁾ = regard défroissé et plus lumineux : 95 % - regard plus frais : 100 % - regard reposé : 96 % - cernes et poches estompés : 91 %.

⁽¹⁾Scorage visuel réalisé sur 23 volontaires ayant reçu le soin. ⁽²⁾Test de satisfaction réalisé sur 24 volontaires ayant reçu le soin. ⁽³⁾Test de satisfaction réalisé sur 21 volontaires ayant reçu le soin. ⁽⁴⁾Scorage visuel réalisé sur 23 volontaires ayant reçu le soin. ⁽⁵⁾Scorage visuel réalisé sur 22 femmes ayant reçues le soin. ⁽⁶⁾Test de satisfaction réalisé sur 31 volontaires, répartis en 3 groupes, ayant reçu le soin Mésoforce adapté à leur besoin. ⁽⁷⁾Test de satisfaction réalisé sur 24 volontaires ayant reçu le soin. ⁽⁸⁾Test de satisfaction réalisé sur 22 volontaires ayant reçu le soin.

Les soins THALASSO



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

SOINS D'HYDROTHÉRAPIE

🌿 Douche à jet massant (protocole du Docteur Bagot) / 10 mn • 49 €

Soin emblématique de la thalasso, cette douche circulatoire, tonique et stimulante, réalisée par un hydrothérapeute, suit un trajet précis. Adaptée en température et en pression, elle est idéale pour drainer l'organisme, activer la microcirculation et réduire la cellulite.

🌿 Hydrorelax / 15 mn • 49 €

Allongé(e) sur le dos sur un matelas souple sous lequel est propulsée de l'eau, vous ressentez le va-et-vient des ondulations que provoquent les jets sous-marins, délivrant un sentiment de relaxation progressif.

🌿 Pluie marine / 15 mn • 49 €

Détendez-vous grâce à une pluie de mer chaude sur l'arrière du corps aux vertus tonifiantes et reminéralisantes. Idéale pour évacuer le stress et booster votre organisme en oligo-éléments et minéraux.

🌿 Bain hydromassant aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues / 15 mn • 49 € ★★DUO

Dans une eau de mer chauffée de 34°C à 37°C et enrichie en cristaux de mer ou à la gelée d'algues, le corps est massé par les microbulles et jets hydromassants du bain. Ce soin gorgé d'oligo-éléments et minéraux procure à l'organisme détente et relaxation.

🌿 Bain hydromassant aux infusions divines / 15 mn • 53 € ★★DUO ≈ NOUVEAUTÉ

Détendez-vous dans une eau de mer de 34°C à 37°C et laissez-vous porter par les microbulles et jets hydromassants.

Nous vous guiderons dans votre choix selon vos envies :

🌿 Hydratant énergie lactée 🌿 Détox thé vert et cranberries 🌿 Relaxant rooibos et rose

🌿 Massage sous pluie marine / 15 mn • 59 €

Ce massage de l'arrière du corps sous une fine pluie d'eau de mer chaude vous détendra profondément. Laissez-vous porter par son effet décontracturant immédiat et anti-stress.

★★DUO Vivez certains soins à deux pour un moment complice.

Valable pour 2 personnes ayant acheté le même soin. Sur demande et selon disponibilité.

ENVELOPPEMENTS & CATAPLASMES

SOIN 2 EN 1

MATELAS CHAUFFANT

Nos enveloppements se déroulent sur matelas chauffant. Allongé sur un matelas d'eau souple et chaud, laissez-vous porter par les doux bercements de l'eau et vivez un moment de détente absolue pour vos muscles et articulations.

ENVELOPPEMENTS CORPS ENTIER

Enveloppement corps / 20 mn • 57 € MATELAS CHAUFFANT

Ce soin combine les vertus d'un enveloppement aux bercements d'un matelas d'eau chaude qui épouse parfaitement le corps. Profitez d'un enveloppement au choix selon vos envies et votre type de peau.

Carte des enveloppements :

- 🌿 Nacre et hibiscus anti-oxydant et reminéralisant
 - 🌿 Crème d'algues laminaires reminéralisant
 - 🌿 Fucus drainant aux huiles essentielles
 - 🌿 Beurre de karité et cire d'abeille hydra-nourrissant
- 🌊 **NOUVEAUTÉ** : 🌿 Spiruline fermeté

CATAPLASMES ET ENVELOPPEMENTS LOCALISÉS

Cataplasmes algués / 20 mn • 53 €

À 40°C, les cataplasmes d'algues et de fucus appliqués sur les zones douloureuses diffusent leurs oligo-éléments dans votre organisme. Très ciblé et très efficace, ce soin est un excellent reminéralisant. Il est antalgique et décontracturant.

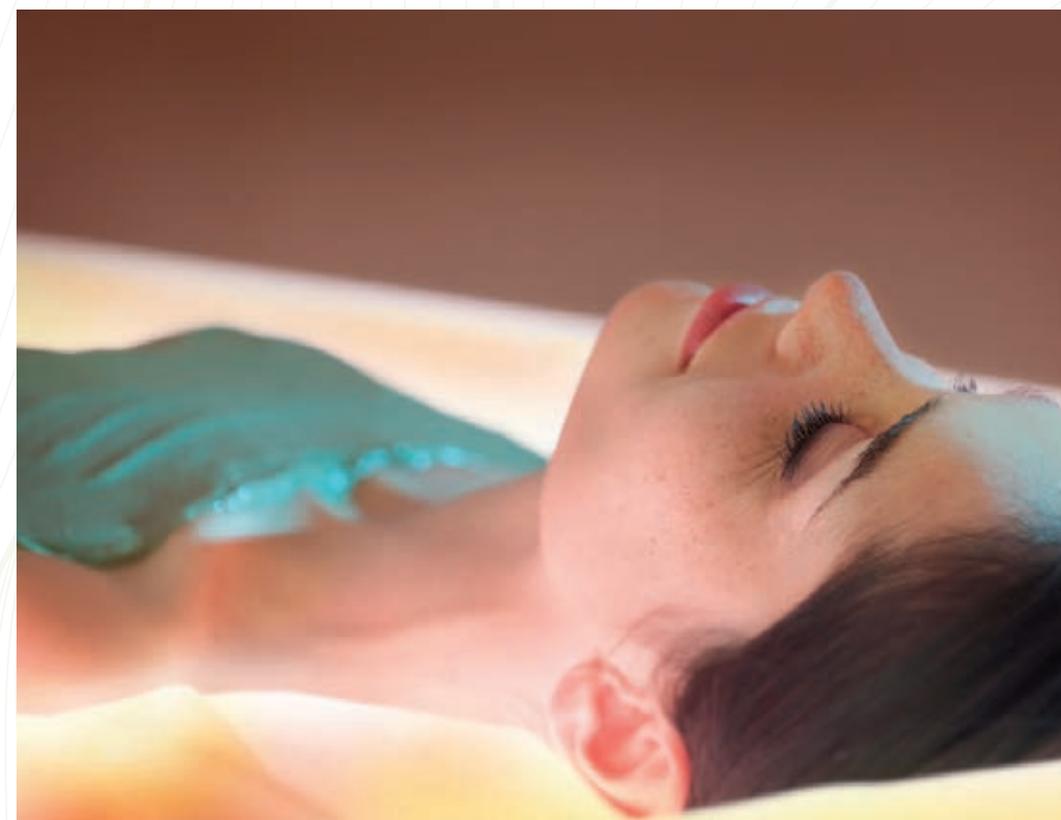
Enveloppement fraîcheur des jambes / 20 mn • 57 €

Enveloppement idéal pour soulager les jambes lourdes et faciliter la circulation. Sensation de légèreté garantie.

Enveloppement ciblé de boues marines naturelles enrichies à l'harpagophytum

20 mn • 57 € MATELAS CHAUFFANT

La boue extraite des Moutiers-en-Retz, enrichie par des extraits de racine d'harpagophytum et des huiles essentielles de lavande, est appliquée sur les articulations du corps. Elle est reconnue pour ses nombreuses propriétés : anti-inflammatoire, antioxydante, reminéralisante et revitalisante.



Recueillies au cœur de la mer d'Iroise, les algues de notre gamme de produits de soins sont une source exceptionnellement riche en minéraux et oligo-éléments.

Les soins MINCEUR



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.

SOINS MINCEUR PHYTOMER

Diagnostic silhouette / 30 mn • 36 €

Après une évaluation de vos besoins, notre expert vous prodiguera des conseils vous proposera un planning de soins et de produits adaptés et personnalisés à votre problématique.

Offert dès 10 séances achetées.

Phytomer Sculpt Zone / soin d'attaque ventre-fesses-cuisses / 60 mn • 95 €

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

Le résultat minceur est radical : 1 cm de tour de taille en moins en seulement 4 soins⁽¹⁾.

Phytomer Morpho Designer / gommage et massage / 60 mn • 95 €

Ce soin corps offre une expérience de beauté intégrale en conjuguant dans un seul et même protocole trois performances esthétiques majeures : minceur, fermeté et qualité de peau. Après une multi-exfoliation lissante, un massage raffermissant et affinant vient remodeler la silhouette et recréer l'aspect d'une peau parfaite.

Phytomer Minceur P5 / massage et enveloppement à la confiture d'algues / 60 mn • 95 €

Ce soin minceur corps entier associe un massage tonique et un enveloppement aux algues original, pour une triple action : affine les rondeurs, remodèle et tonifie la silhouette. Après 4 séances, les résultats sont bluffants : -11 % de rondeurs sur le ventre et -8 % de rondeurs sur les cuisses⁽²⁾.

⁽¹⁾Mesures centimétriques réalisées sur 19 femmes ayant reçu 4 soins en 2 semaines. Valeurs moyennes obtenues.

⁽²⁾Scorages cliniques sur 22 femmes après 4 soins minceur P5 avec application de la lotion P5 2 fois par jour pendant 15 jours.



LES FORFAITS PHYTOMER

🔥 Pack de 3 séances minceur 249 € au lieu de 285 €

🔥 Pack de 10 séances minceur 736 € au lieu de 950 € + 1 diagnostic silhouette offert

SOINS MINCEUR LPG ENDERMOLOGIE INNER POWER BETTER LIFE.

La technologie LPG démontre une triple action sur le corps : elle agit sur le stockage des graisses rebelles, lisse la peau d'orange et réactive l'activité cellulaire de la peau en lui redonnant densité et fermeté. L'aspiration séquentielle (rouleau et clapet motorisés) permet un palper-rouler des adipocytes (cellules de la minceur) et des fibroblastes (cellules de jeunesse).

Diagnostic & bilan personnel LPG endermoscan / 30 mn • 69 €

Offert dès 6 séances achetées.

LPG endermologie Soin minceur / anti-cellulite / 50 mn • 105 €

Ce soin agit sur tous les types de cellulite : adipeuse, aqueuse et fibreuse.

Il débute et se termine par l'application de produits LPG sur-mesure afin d'optimiser l'efficacité de la technologie. Il déstocke les graisses localisées, relance les échanges circulatoires et raffermi l'épiderme pour retrouver une peau plus lisse, plus ferme et un corps plus léger.

FORFAITS :

3 séances 297 € au lieu de 315 €

6 séances 576 € au lieu de 630 €

12 séances 1080 € au lieu de 1260 €

Diagnostic et bilan inclus dans les forfaits 6 et 12 séances, devis sur demande.

LPG endermologie Soin sur-mesure / 1 à 4 zones / 20, 30 ou 40 mn • de 40 à 92 €

Choisissez des zones de traitement prioritaire pour cibler le déstockage des graisses tenaces et intensifier le lissage de votre peau. Le meilleur moyen d'obtenir un résultat boosté, là où vous le souhaitez :

FEMMES : bras, dos, taille, ventre, culotte de cheval, fesses, cuisses, intérieur des cuisses, genoux, mollets.

HOMMES : bras, dos, pectoraux, taille, ventre, cuisses.

FORFAITS :

3 séances à partir de 108 €

6 séances à partir de 216 €

12 séances à partir de 396 €

Diagnostic et bilan inclus dans les forfaits 6 et 12 séances, devis sur demande.

Tenue LPG Endermowear / 20 €

Obligatoire lors de vos séances LPG endermologie corps, elle vous est personnelle et permet un ressenti plus intense et garantit un confort de soin idéal.

Offert dès 6 séances achetées.



Les soins EXPERTS



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

❖ Cryothérapie / 3 mn • 50 € / forfait 5 séances • 205 €

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. Le choc thermique active naturellement les récepteurs cutanés du froid et crée une dynamique hormonale et biochimique, bénéfique à tout l'organisme. Sans danger pour l'organisme, ce soin est idéal dans un protocole détox ou un programme de récupération pour les sportifs. Découvrez tous ses bienfaits !

LE FROID FAIT DES MIRACLES EN 3 MINUTES SEULEMENT :

- ❖ Améliore le sommeil
- ❖ Agit contre le stress
- ❖ Assouplit les muscles tendus
- ❖ Soulage les douleurs articulaires et inflammatoires
- ❖ Agit contre les douleurs musculaires et les courbatures
- ❖ Lutte contre les problèmes circulatoires (jambes lourdes, etc.).

❖ Sophro-relaxation / 50 mn • 54 €

Méthode de relaxation globale basée sur la respiration et le relâchement musculaire pour se libérer du stress quotidien et favoriser le sommeil. Séance individuelle réalisée par nos praticiens diplômés.

❖ Oligocheck⁽¹⁾ / 25 mn • 65 €

L'Oligocheck est un outil qui permet d'établir un bilan nutritionnel pour optimiser votre alimentation. Il identifie les carences ou excès en minéraux et oligo-éléments, d'éventuelles surcharges et évalue le stress oxydatif, responsable du vieillissement.

❖ Cardi/Check⁽²⁾ / 25 mn • 65 € **NOUVEAUTÉ**

Le Cardi/Check est un appareil qui estime le stress aigu et chronique au travers de l'équilibre rythmique vital à l'aide de 5 indicateurs : le Cardiflex, le Cardistress, le SNA (Système Nerveux Autonome), la cohérence cardiaque et l'IRT (Indice Respiratoire Tissulaire). Cette séance apporte un bilan complet et des solutions simples pour évacuer le stress.

⁽¹⁾Hors week-end. Selon planning et sous réserve de la disponibilité de l'expert du centre.

⁽²⁾Hors week-end.



DU SPORT AU SPA IL N'Y A Q'UN PAS

FITNEO, LA SALLE DE SPORT AVEC SPA MARIN

Cours de fitness avec des coaches certifiés, aquagym en piscine d'eau de mer, accès au Spa Marin comprenant une piscine 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 et salle de cardio-training avec vue sur mer.



1 entrée	25 €
Carte 10 entrées	220 €
Fitneo / Abonnement Liberté Tarif/mois	60 €
Scannez pour consulter le planning des cours	



www.fitneo.com



CONSEILS ET INFORMATIONS PRATIQUES

-  Afin de profiter pleinement de vos soins, nous vous demandons de vous présenter **20 minutes avant le début de votre premier soin.**
-  N'oubliez pas de vous munir d'un **maillot, bonnet de bain** et d'une **paire de sandales**, indispensables pour accéder au Spa Marin. Il est possible d'en acheter sur place, dans notre boutique Valdys. Les shorts de bain sont interdits.
-  50 % du règlement de vos soins à la carte et journées spa vous sera demandé lors de la réservation.
-  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 7 € 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.
-  Accès PMR (Personnes à Mobilité Réduite) dans l'ensemble du Resort.
-  Informations et réservations au 02 98 74 47 47



SCANNEZ-MOI
POUR CONSULTER
NOTRE FAQ
↩

≈≈ Découvrez ≈≈
VOS AUTRES DESTINATIONS
VALDYS

ROSCOFF

LE BIEN-ÊTRE VUE SUR MER

Profitez d'une expertise unique en soins marins et laissez-vous séduire par la vue imprenable sur l'île de Batz.

Valdys Resort Roscoff

16 rue Victor Hugo
29680 Roscoff
02 98 29 20 00



SCANNEZ-MOI POUR CONSULTER
LA BROCHURE DE ROSCOFF



PORNICHET - BAIE DE LA BAULE

LE BIEN-ÊTRE ABSOLU

Laissez-vous séduire par un cadre exceptionnel et offrez-vous un moment de détente dans l'une des plus belles baies d'Europe.

Valdys Resort Pornichet - Baie de La Baule

66 boulevard des Océanides
44380 Pornichet
02 40 61 89 97



SCANNEZ-MOI POUR CONSULTER
LA BROCHURE DE PORNICHET -
BAIE DE LA BAULE



SAINT-JEAN-DE-MONTS

LE BIEN-ÊTRE GRAND LARGE

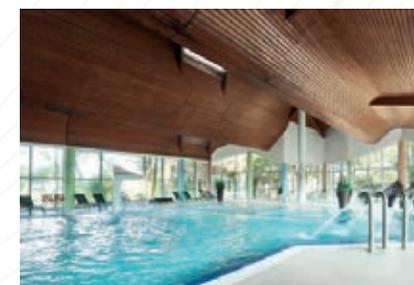
Plongez au cœur de la Vendée, l'alliance parfaite entre pins et océan. Une invitation à se relaxer tout en se laissant bercer par les vagues.

Valdys Resort Saint-Jean-de-Monts

12 avenue des Pays de Monts
85160 Saint-Jean-de-Monts
02 51 59 18 18



SCANNEZ-MOI POUR CONSULTER
LA BROCHURE DE SAINT-JEAN-DE-MONTS





≈ *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



*Scannez et découvrez
l'ensemble de nos coffrets
et chèques cadeaux !*



valdys
RESORT
HÔTEL THALASSO & SPA

OUVERT 7 JOURS / 7 • DE 9H00 À 19H00
RENSEIGNEMENTS & RÉSERVATIONS :

02 98 74 47 47

thalasso.valdysdouarnenez@thalasso.com

SUIVEZ TOUTES NOS OFFRES SUR
www.thalasso.com



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

