



carte
des SOINS


Thalassa
SEA & SPA


HYÈRES

SOMMAIRE

LES ESCALES	4
L'EXPERTISE BEAUTÉ	
Le visage	6
Le corps	8
L'EXPÉRIENCE MARINE	
Les essentiels	10
L'EXPÉRIENCE SPA	
Les modelages évasion	12
Les classiques	13
L'ÉQUILIBRE ET FORME	
Les activités physiques	14
Le lâcher prise	15
LA MISE EN BEAUTÉ	16
CE QU'IL FAUT SAVOIR	17
TARIFS	18





L'Institut de thalassothérapie, situé de plain-pied sur la plage, bénéficie de la lumière naturelle. Pour vous offrir le meilleur du soin, nous avons sélectionné pour vous des soins de qualité et des marques reconnues pour leur expertise et leurs bienfaits, à vivre au masculin et au féminin.

• **AQUASCIENCE**, nouvelle marque cosmétique de Thalassa sea & spa, allie de façon unique les vertus de l'Eau de source marine, issue des profondeurs de la mer, aux bénéfices reconnus des algues et oligo-éléments : vitalité, fermeté et hydratation.

• **DECLÉOR**, expert dans l'aromathérapie. L'art spécifique des soins aux Huiles Essentielles. Decléor vous apporte une vraie sensation de bien-être avec ses soins uniques et généreux.

• **FURTERER**, soins capillaires formulés à base d'huiles essentielles et d'extraits de plantes associant efficacité et plaisir sensoriel.

Vivez un pur moment de détente et de plaisir. Nos esthéticiennes, hydrothérapeutes, coachs sportifs sont à votre écoute.



DECLÉOR
PARIS

RENE
FURTERER
PARIS

Le saviez-vous ? La mer, source de vie et de bien-être.

Véritable concentré de vie, la mer contient l'ensemble des oligo-éléments, minéraux et vitamines indispensables à l'équilibre de l'organisme.

LES ESCALES

EN DEMI-JOURNÉE ET JOURNÉE DE SOINS

LES PROGRAMMES 6 JOURS*

Harmonie - 800€

Retrouvez équilibre et harmonie. 30 soins individuels dont 1 modelage par jour, répartis en 5 soins par jour.

Sérénité - 720€ **EXCLUSIVITÉ HYÈRES**

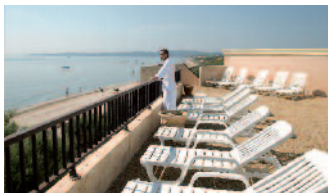
Retrouvez apaisement et bien-être. Les tensions nerveuses évacuées durablement et apprentissage de la gestion du stress.

Remise en forme - 600€

Retrouvez la vitalité. 24 soins de thalassothérapie dont 18 individuels.

Instant tonique - 135€

Retrouvez tonus et énergie. 1 bilan forme et 5 séances sportives et/ou aquatiques encadrées et personnalisées.



LES ESCALES BEAUTÉ

Jardin détente - 2 heures 30 - 155€

Véritable cocktail de beauté et de bien-être. Gommage doux aux senteurs méditerranéennes, suivi d'un modelage relaxant du corps (60 min) et du soin du visage Source d'éclat.

Escale oxygène - 2 heures - 120€

Moment de beauté et de bien-être avec :

- 1 soin du visage Source d'éclat,
 - 1 soin du corps Bulle d'oxygène par Aquascience.
- La peau retrouve tout son éclat et sa douceur.

Duo vitalité - 1 heure - 70€

Une pause vitalité avec l'association de deux soins :

- 1 gommage énergisant aux sels de l'Atlantique
- 1 soin visage Souffle de vitalité.

La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.

*Pour en savoir plus, consultez notre brochure site.

LES ESCALES MARINES

Les journées Découverte de la thalassothérapie comprennent l'accès libre à notre Espace Forme (piscine d'eau de mer chauffée, hammam, salle de musculation, salle de repos, solarium, accès plage).

La Journée détente marine - 109€

Cocktail de 4 soins d'hydrothérapie sur une journée :

- 1 enveloppement d'algues ou hydrojet, au choix,
- 1 séance de jet sous-marin,
- 1 bain hydromassant,
- 1 soin tonique ou relaxant, au choix.

L'Escale mer & modelage - 155€

Détente et douceur avec 4 soins d'hydrothérapie et 1 modelage relaxant :

- 1 enveloppement d'algues ou hydrojet, au choix,
- 1 séance de jet sous-marin,
- 1 bain hydromassant,
- 1 soin tonique ou relaxant, au choix,
- 1 modelage relaxant aux huiles essentielles (60 min).



Journée bien-être - 145€

L'escale idéale, à offrir ou s'offrir.

- 1 enveloppement d'algues ou hydrojet, au choix,
- 1 bain hydromassant,
- 1 soin tonique ou relaxant, au choix,
- 1 modelage relaxant (30 min),
- 1 déjeuner complet au restaurant « La route des Iles » : menu du jour (3 plats), 1/2 eau minérale, 1 verre de vin régional, 1 café.

LE VISAGE

LE VISAGE PAR AQUASCIENCE



60 minutes - 65€ • 30 minutes - 40€

Source d'éclat - 60 minutes

Ce soin oxygène et illumine votre visage, pour un véritable coup d'éclat. Gommage, modelage et masque aux actifs hydratants et stimulants. Idéal pour les peaux en manque de vitalité et déshydratées.

Source de pureté - 60 minutes

Soin purifiant et équilibrant pour une peau saine et nette. Gommage, nettoyage en profondeur, masque purifiant aux trois argiles.

Source de réconfort - 60 minutes

Soin d'une grande douceur, apporte souplesse et confort aux peaux sensibles et sèches grâce à un modelage apaisant et un masque riche en actifs calmants et nourrissants.

Source de jeunesse - 60 minutes

Soin actif anti-âge pour redonner tonus et vitalité à la peau. Associe un concentré unique d'actifs marins à du collagène pour un effet liftant et lissant immédiat. Traitement réparateur pour les peaux matures.

Souffle de vitalité - 30 minutes

Soin express pour un maximum de résultats beauté en un minimum de temps. Selon les besoins de votre peau : hydratation, éclat, nutrition...

La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.



LE VISAGE PAR DECLÉOR DECLÉOR PARIS

90 minutes - 75€ sauf liss'âge excellence - **80€**

Aroma essentiel personnalisé - 90 minutes

Ce soin multivitaminé aux huiles essentielles est personnalisé à vos besoins pour rééquilibrer et ressourcer la peau. Apporte efficacité et bien-être grâce aux actifs naturels et aux gestes expert de modelage signés Decléor. Adapté à tous types de peaux.

Aroma expert liss'âge excellence - 90 minutes

Soin régénérant destiné aux peaux matures. Action anti-âge globale et un effet fermeté immédiat : la peau est redensifiée et lissée, le teint est frais et éclatant.

Aroma énergisant intense pour homme - 90 minutes

Soin purifiant et hydratant aux clous de girofle pour retrouver une peau nette et un teint rééquilibré. Rituel pour se ressourcer associant un modelage du dos à des techniques de digitopression visage.

Aroma expert harmonie calm intense - 90 minutes

Soin d'aromathérapie aux pouvoirs apaisant et rééquilibrant destiné aux peaux sensibles et réactives.

Aroma expert divine nutrition - 90 minutes

Soin d'aromathérapie aux pouvoirs nutritif et hydratant destiné aux peaux sèches.

SOINS SPÉCIFIQUES VISAGE

Soin contour des yeux - 30 minutes - 30€

Soin drainant, décongestionnant et réparateur, aide à la diminution des ridules et des « poches » sous les yeux.

Endermologie du visage par LPG - 30 minutes - 40€

3 séances - 115€ • 6 séances - 210€

Traitement anti-âge, drainant et raffermissant du visage. Appareil qui stimule délicatement les tissus et relance la production du collagène et de l'élastine. Le visage est visiblement plus jeune : les contours du visage sont plus fermes, la peau est lissée et le teint est resplendissant.



LE CORPS

LE CORPS PAR AQUASCIENCE



60 minutes - 65€ • 30 minutes - 35€

Bulle d'oxygène - 60 minutes

Expérience sensorielle sur le thème de l'eau pour apporter éclat, douceur et hydratation à la peau. Gommage doux aux perles d'eau de source marine, sérum marin ultra-concentré en oligo-éléments, puis un modelage enveloppant aux bulles d'eau de source marine.

Bien-être du dos - 60 minutes

Gommage aux agrumes, modelage relaxant réalisé avec un baume chauffant, masque chaud aux algues et argile. Idéal pour dénouer les tensions accumulées dans le dos.

Hydratation velours - 60 minutes

Soin cocon pour nourrir et adoucir la peau. Enveloppement chaud et onctueux à base de beurre de karité, d'algues et de cire d'abeille. Modelage du corps et modelage digito-pression du visage.

Essentiel silhouette - 60 minutes

Soin minceur par excellence associant des techniques manuelles dynamiques à des actifs hautement efficaces. Pour combattre l'effet peau d'orange et affiner la silhouette : modelage tonique anti-capitons, masque chauffant ciblé, enveloppement frais et drainant à l'argile verte.



Idéal fermeté - 60 minutes

Pour une peau plus souple et raffermie : gommage lissant, sérum tenseur, modelage et enveloppement raffermissant aux actifs marins et huiles essentielles.

Gommage douceur aux senteurs méditerranéennes - 30 minutes

Gommage aux sels fins et aux huiles essentielles de la Méditerranée pour exfolier la peau en douceur et apporter détente et relâchement.

Gommage énergisant aux sels de l'Atlantique - 30 minutes

Exfoliation tonique aux sels de l'Atlantique pour redonner énergie et éclat à la peau. Des huiles d'abricot et de pétales de fleurs associées aux sels nourrissent et adoucissent la peau.

Gommage fraîcheur aux perles d'eau de source marine - 30 minutes

Exfoliation ultra-douce aux perles d'eau de source marine, pour une peau douce et hydratée et une sensation de légèreté.

LE CORPS PAR DECLÉOR DECLÉOR PARIS

90 minutes - 85€ • 60 minutes - 70€

Rituel stimulant et dynamisant - 90 minutes

Pour toutes les personnes fatiguées, ayant la peau sèche et dévitalisée.
Gommage stimulant au sel de Guérande suivi d'un « Aromodelage » du corps.

Rituel « Ile Rouge » - 60 minutes

Rituel à forte dimension sensorielle. Exfoliation aromatique complétée par un modelage avec des gestes enveloppants associés à un accessoire en bois d'acacia. Le corps et l'esprit sont revitalisés.

La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.

LE CORPS PAR LPG

Lipomodelage / Cellu M6® - 60 minutes - 65€

Véritable modelage palper-rouler associé à un système d'aspiration pour affiner et remodeler la silhouette. Soins personnalisés selon vos besoins : minceur, cellulite, relâchement cutané, circulation...

Programme de plusieurs séances corps complet de 45 min :

3 séances collant compris	165€
6 séances collant compris	315€
12 séances collant compris	590€



L'EXPÉRIENCE MARINE

LES ESSENTIELS

Enveloppement revitalisant aux algues laminaires - 30 minutes - 40€

Application d'une crème d'algues chaude sur l'ensemble du corps puis enveloppement dans un cocon chaud. Idéal pour ressourcer et reminéraliser l'organisme, décontracter les muscles et protéger la peau.

Douche sous-marine - 20 minutes - 40€

Dans un bain d'eau de mer chauffée, modelage sous-marin du corps par un jet d'eau dirigé par un hydrothérapeute. Idéal pour décontracter les muscles, sculpter la silhouette et combattre la cellulite.

Bain hydromassant - 25 minutes - 35€

Hydromassage de l'ensemble du corps réalisé en bain multi-jets d'eau de mer chauffée. Idéal pour se ressourcer et décontracter les muscles.



Hydrojet - 20 minutes - 32€

Allongé sur un matelas d'eau chaude, le corps est massé de la tête aux pieds par un programme de jets. Une détente des muscles en profondeur qui évacue le stress et combat la fatigue. Effet de flottaison qui renforce le bien-être.

Douche à affusion - 20 minutes - 27€

Délicieuse pluie fine d'eau de mer chaude sur le tout le corps pour une relaxation intense. Le corps est ressourcé et rechargé en oligo-éléments.

Pressothérapie - 30 minutes - 27€

Particulièrement recommandé pour les jambes lourdes et fatiguées. Ce massage mécanique des jambes par pressions régulières draine et stimule la circulation pour un effet «légèreté des jambes» immédiat.

Jets sous-marins - soin en petit groupe - 27€

Mouvements en piscine d'eau de mer chauffée accompagnés par un hydrothérapeute, réalisés contre la force de jets puissants. Idéal pour drainer et sculpter la silhouette, assouplir les articulations et décontracter les muscles.

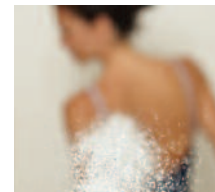
La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.

Douche à jet - 15 minutes - 25€

Massage tonique du corps avec un jet d'eau de mer chaude à pression variable dirigé par un hydrothérapeute, pour un effet stimulant, tonifiant, et décontractant pour les muscles.

Hydrojambes - 30 minutes - 20€

Les jambes et les pieds sont immergés successivement dans de l'eau de mer chaude et froide et massés par des jets sous-marins. L'alternance des températures est idéale pour tonifier les parois veineuses et favoriser la circulation.



L'EXPÉRIENCE SPA

LES MODELAGES ÉVASION

75 minutes - 80€ • 60 minutes - 70€ sauf modelage aux tampons marins - **75€**
15 minutes - 20€

Modelage aux pierres chaudes - 75 minutes

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

Modelage aux tampons marins - 60 minutes

Modelage relaxant effectué à l'aide de ballotins chauds gorgés d'algues et de thés. Un rituel unique pour une détente profonde et pour évacuer le stress.

Modelage ayurvédique - 60 minutes

Modelage traditionnel indien doux et enveloppant de l'ensemble du corps avec des huiles tièdes. Dissout les tensions, apporte énergie et vitalité, aide à purifier le corps.

Aromassage par Decléor - 60 minutes

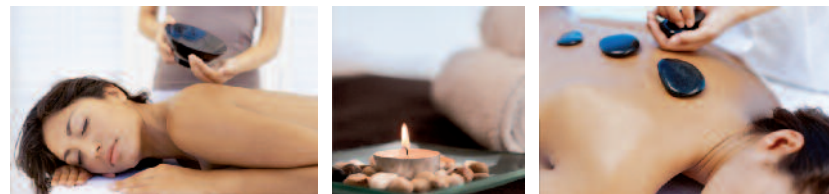
Modelage aromatique relaxant aux huiles essentielles. Une parenthèse d'harmonie à base d'effleurages, de pressions et de lissages pour dénouer les tensions musculaires tout en équilibrant les énergies du corps.

Réflexologie plantaire - 60 minutes

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

Modelage amma - 15 minutes

Modelage des épaules, de la nuque, des bras et du dos, effectué habillé, confortablement installée assis sur un fauteuil ergonomique. Ce soin inspiré des massages traditionnels japonais élimine les tensions et relance l'énergie.





LES CLASSIQUES

60 minutes - 70€ • 30 minutes - 40€ sauf modelage du visage - 35€

Modelage détente aux huiles essentielles - 60 minutes

Véritable lâcher prise des pieds à la racine des cheveux. Modelage de l'ensemble du corps avec des huiles essentielles pour favoriser la relaxation et le relâchement musculaire.

Modelage du dos aux huiles essentielles - 30 minutes

Ce modelage complet du dos apporte une détente générale et un bien-être profond. Décontracte toutes les zones du dos : cervicales, dorsales, lombaires et sacrées.

Modelage du cuir chevelu - 30 minutes

Modelage du cuir chevelu tout en douceur pour une détente absolue.

Modelage rafraichissant des jambes - 30 minutes

Stimule la circulation pour des jambes belles et légères.

Modelage du visage - 30 minutes

Modelage esthétique de l'ensemble du visage et du décolleté à l'aide d'une crème de modelage visage aux huiles essentielles pour apporter confort et détendre votre peau.

La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.

L'ÉQUILIBRE ET FORME

LES ACTIVITÉS PHYSIQUES

Programme spécial instants tonic - 135€

Retrouver tonus et énergie. 1 bilan forme et 5 séances sportives et/ou aquatiques encadrées et personnalisées.

Pilates - 30 minutes - 15€

Méthode douce pour améliorer la tonicité, la souplesse, la coordination et la posture. Alternance d'exercices, sans mouvements brusques et sans chocs, qui sollicitent toutes les parties du corps, en particulier les abdominaux.

La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.





LE LÂCHER PRISE

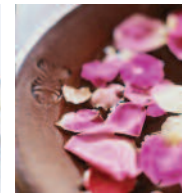
Ostéopathie* - 45 minutes - 50€

Travail de réajustement et de rééquilibrage de l'ensemble du corps par des manipulations vertébrales. L'ostéopathie aide à solutionner certains problèmes douloureux ou gênants de la vie quotidienne. Ses gestes permettent de réguler les fonctions digestives, respiratoires, circulatoires et lutter contre les différents effets corporels indésirables.

Reiki* - 90 minutes - 50€

Pratique japonaise pour rééquilibrer l'organisme et renforcer le sentiment de bien-être général. Une énergie qui part des mains de l'initiateur pour se répandre dans tout le corps, selon les besoins de chacun et renforcer les capacités de défense de l'organisme.

* soins pratiqués par des intervenants extérieurs.



LA MISE EN BEAUTÉ

LA BEAUTÉ DES MAINS

Soin hydratant des mains - 30 minutes - 25€

Recommandé pour l'hydratation intense des mains.

ÉPILATIONS

Forfait jambes complètes, maillot, aisselles	45€
Jambes complètes	30€
Demi-jambes/bras	20€
Maillot	20€
Lèvres et menton	15€
Sourcils et lèvres	15€
Sourcils ou lèvres	10€
Aisselles	10€

TEINTURES

Teinture cils et sourcils	28€
Teinture cils	18€
Teinture sourcils	12€

La durée des soins comprend votre accueil, votre temps de soin ainsi que votre temps d'installation en cabine.



CE QU'IL FAUT SAVOIR

Information et réservation. Le Jardin Esthétique est ouvert tous les jours y compris les jours fériés de 9h à 13h et de 14h à 18h30 - Tél. 04 94 38 14 17. L'Institut vous accueille du lundi au dimanche de 8h30 à 13h et de 14h à 18h - Tél. 04 94 58 00 94 ou sur place au 4761. Pour connaître les dates de fermeture de l'Institut de thalassothérapie, n'hésitez pas à nous contacter ou à consulter notre brochure et notre site Internet www.thalassa.com.

Durée des soins. La durée comprend votre accueil, votre temps de soins ainsi que votre temps d'installation en cabine. Pour une séance de 30 min, 60 min ou 90 min, les durées effectives des soins sont respectivement de 25 min, 55 min ou 75 min.

Réservations de soins. Les réservations constituent une commande ferme et sont payables d'avance. Pour les clients extérieurs et pour toute réservation par téléphone, les réservations sont obligatoirement garanties par carte bancaire.

Moyens de paiement acceptés : Visa - American Express - Mastercard et Eurocard-Chèques.

Politique d'annulation. Tout rendez-vous sera facturé s'il est annulé moins de 24 heures à l'avance.

Disponibilité des soins. Ils sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'accueil de l'Institut et de la boutique.

Nous vous conseillons de réserver vos soins à l'avance. La formation spécifique de certains soins ne nous permet pas de vous garantir leur disponibilité 7 jours sur 7.

Les tarifs publiés sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis.

Pour votre détente, nous vous conseillons de vous présenter 10 minutes avant votre rendez-vous. En cas de retard, nous nous réservons le droit de réduire la durée de votre soin équivalent à votre retard.

Accès aux soins et à l'Institut. Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Nos soins en bassin de jets sous-marins peuvent être réalisés par des personnes de 16 ans et plus.

Nos forfaits comprennent le prêt du peignoir et des serviettes.

Les modelages sont des massages non thérapeutiques effectués par des esthéticiennes diplômées, pour les soins de l'Espace Beauté.

La boutique. Elle se trouve au cœur de l'Espace Beauté. Étape indispensable au cours de votre séjour, les hôtesse de la Boutique vous accueillent pour toutes réservations de soins esthétiques et vous proposent de découvrir une large gamme de prêt-à-porter (Fleur de sel, Le phare de la baleine...), de maillots de bain (Livia, Tyché-valérie...), de produits cosmétiques Aquascience - Decléor et autres articles cadeaux.

LES ESCALES

Les programmes 6 jours	Tarif
Harmonie	800 €
Sérénité	720 €
Remise en forme	600 €
Instant tonic	135 €

Les escales beauté	Durée	Tarif
Jardin détente	2 heures 30	155 €
Escale oxygène	2 heures	120 €
Duo vitalité	60 min	70 €

Les escales marines	Tarif
Mer et modelage	155 €
Journée bien-être	145 €
Journée détente	109 €

L'EXPERTISE BEAUTÉ

Le visage	Durée	Tarif
Par Aquascience		
Source d'éclat	60 min	65 €
Source de pureté	60 min	65 €
Source de réconfort	60 min	65 €
Source de jeunesse	60 min	65 €
Souffle de vitalité	30 min	40 €
Par Decléor		
Aroma personnalisé	90 min	75 €
Aroma liss'âge	90 min	80 €
Aroma énergisant homme	90 min	75 €
Aroma calm intense	90 min	75 €
Aroma divine nutrition	90 min	75 €
Soins spécifiques		
Contour des yeux	30 min	30 €
Endermologie par LPG	30 min	40 €
	3 séances	115 €
	6 séances	210 €

Le corps	Durée	Tarif
Par Aquascience		
Bulle d'oxygène	60 min	65 €
Bien-être du dos	60 min	65 €
Hydratation velours	60 min	65 €
Essentiel silhouette	60 min	65 €
Idéal fermeté	60 min	65 €
Gommage douceur	30 min	35 €
Gommage aux sels	30 min	35 €
Gommage aux perles	30 min	35 €
Par Decléor		
Rituel stimulant	90 min	85 €
Rituel « Ile Rouge »	60 min	70 €
Par LPG		
Lipomodelage cellu M6®	60 min	65 €
Programme corps complet	45 min	
	3 séances	165 €
	6 séances	315 €
	12 séances	590 €

L'EXPÉRIENCE MARINE

Les essentiels	Durée	Tarif
Aux algues laminaires	30 min	40€
Douche sous-marin	20 min	40€
Bain hydromassant	25 min	35€
Hydrojet	20 min	32€
Douche à affusion	20 min	27€
Pressothérapie	30 min	27€
Jets sous-marins	<i>en petits groupes</i>	27€
Douche à jet	15 min	25€
Hydrojambes	30 min	20€

L'EXPÉRIENCE SPA

Les modelages évason	Durée	Tarif
Pierres chaudes	75 min	80€
Tampons marins	60 min	75€
Ayurvédique	60 min	70€
Aromassage par Decléor	60 min	70€
Réflexologie plantaire	60 min	70€
Modelage ama	15 min	20€
Les classiques	Durée	Tarif
Modelage détente	60 min	70€
Modelage dos	30 min	40€
Modelage du cuir chevelu	30 min	40€
Modelage des jambes	30 min	40€
Modelage du visage	30 min	35€

L'ÉQUILIBRE ET FORME

Les activités physiques	Durée	Tarif
Programme instants tonic		135€
Pilates	30 min	15€
Le lâcher prise	Durée	Tarif
Ostéopathie	45 min	50€
Reiki	90 min	50€

LA MISE EN BEAUTÉ

La beauté des mains	Durée	Tarif
Soin hydratant	30 min	25€
Les épilations	Tarif	
Forfait jambes complètes, maillot et aisselles		45€
Jambes complètes		30€
Demi jambes/bras		20€
Maillot		20€
Lèvres et menton		15€
Sourcils et lèvres		15€
Sourcils ou lèvres		10€
Aisselles		10€
Les teintures	Tarif	
Teinture cils et sourcils		28€
Teinture cils		18€
Teinture sourcils		12€



THALASSA HYÈRES
INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE
HÔTEL IBIS THALASSA

Tél. +33 (0)4 94 58 00 94
Fax +33 (0)4 94 58 09 35
E-mail : h1559@accor.com
Allée de la mer - La Capte
83400 Hyères

14 DESTINATIONS DE THALASSOTHÉRAPIE
EN FRANCE ET À L'INTERNATIONAL

LE TOUQUET PARIS-PLAGE
DINARD
QUIBERON
LES SABLES D'OLONNE
ILE D'OLÉRON

BIARRITZ
PORT-CAMARGUE
HYÈRES
PORT-FRÉJUS
PORTICCIO

TIMI AMA (SARDAIGNE)
ESSAOUIRA (MAROC)
CAPOVATICANO (ITALIE DU SUD)
ZALLAQ (BARHEIN)