



carte
des SOINS


Thalassa
SEA & SPA

BIARRITZ

SOMMAIRE

LES ESCALES

- Les escales beauté 4
- Les escales marines - Les journées bien-être 5

L'EXPERTISE BEAUTÉ

- Le visage 6
- Le corps 8
- La beauté des cheveux 10
- La beauté des mains et des pieds 11

L'EXPERTISE MINCEUR 12

L'EXPÉRIENCE MARINE

- Les gommages 14
- Les enveloppements - Les essentiels 15

L'EXPÉRIENCE SPA

- Les modelages évasion 16
- Les massages 17

L'ÉQUILIBRE ET FORME

- Les activités physiques 18
- Le lâcher prise - Les abonnements 19

LA CARTE CADEAU 20

CE QU'IL FAUT SAVOIR 21

RÉSERVEZ VOS SOINS 22





Dans une décoration raffinée et intimiste, l'Institut de thalassothérapie et l'Espace Beauté vous offrent un pur concentré de bien-être.

Pour vous offrir le meilleur du soin, nous avons sélectionné pour vous des soins de haute qualité et des marques reconnues pour leur expertise et leurs bienfaits.

- **AQUASCIENCE** la 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 bénéfiques reconnus des algues et oligo-éléments : vitalité, fermeté et hydratation.
- **LA PRAIRIE** depuis près de 30 ans, les laboratoires La Prairie proposent des produits hautement performants, formulés à partir du Complexe Cellulaire exclusif, qui apporte à la peau les nutriments essentiels à sa beauté, sa vitalité et sa jeunesse.
- **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, masseurs-kinésithérapeutes, hydrothérapeutes, podologues, coiffeurs, coachs sportifs et maîtres-nageurs sont à votre écoute.

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 Ecales comprennent l'accès libre à notre espace de bien-être : piscine intérieure avec parcours aquatique et piscine extérieure d'eau de mer chauffée, hammam, sauna et salle de fitness pendant la demi-journée de soins.

LES ESCALES BEAUTÉ

Escale des sens - 3 heures 45 - 330€

Véritable cocktail de beauté et de bien-être pour le visage et le corps.
Exfoliation aromatique (30 min) et Aromassage corps Decléor (60 min), soin du visage La Prairie personnalisé selon vos besoins (90 min), suivi d'une manucure pour apporter la touche finale à votre beauté (escale sur un ou deux jours).

Programme anti-âge par La Prairie

Jour après jour les produits La Prairie adaptés à votre peau et les modelages du visage vont lisser vos traits, estomper vos rides et éclaircir votre teint.

L'Essentiel 3 jours - 295€ • Le Luxe 5 jours - 450€

1^{er} jour : soin complet du visage - 90 minutes
2^e + 4^e jour : modelage + masque - 45 minutes
3^e + 5^e jour : modelage + masque + élixir La Prairie cellulaire - 45 minutes

Escale Oxygène - 2 heures - 185€

Moment de bien-être avec 1 soin du visage Source d'Éclat et 1 soin du corps Bulle d'Oxygène par Aquascience. La peau retrouve tout son éclat et sa douceur.

Rituel Oriental - 1 heure 30 - 150€

Découverte du rituel complet hammam inspiré de la plus pure tradition orientale : hammam bain de vapeur, gommage corporel au gant et au savon noir, modelage relaxant aux huiles parfumées.





LES ESCALES MARINES

Escale Remise en Forme - 130 €

4 soins de thalassothérapie sur une demi-journée :

- 3 soins individuels
 parmi enveloppement d'algues, douche sous-marine, douche à affusion, bain hydromassant, bain microbulles, douche à pomme, hydromassage allongé, hydrojet.
- 1 séance de remise en forme en piscine
 parmi jets sous-marins, aquastretching, aquatonique, aquados...

Escale Découverte - 95 €

3 soins de thalassothérapie sur une demi-journée :

- 2 soins individuels
 parmi enveloppement d'algues, douche sous-marine, douche à affusion, bain hydromassant, bain microbulles, douche à pomme, hydromassage allongé, hydrojet.
- 1 séance de remise en forme en piscine,
 parmi jets sous-marins, aquastretching, aquatonique, aquados...

Parenthèse bien-être - 95 €

Pour se ressourcer et retrouver sa sérénité :

- 1 soin d'hydrothérapie relaxant,
 parmi douche à affusion, bain hydromassant, bain microbulles, hydrojet.
- 1 modelage relaxant ou sous affusion (30 min).

LES JOURNÉES BIEN-ÊTRE

Profiter de notre espace de bien-être toute la journée en vous offrant un déjeuner, menu du jour au Restaurant *Le B*, cuisine traditionnelle, gourmande ou bien-être allégée. Supplément de 76 € sur le tarif de l'escale de votre choix.

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

L'EXPERTISE BEAUTÉ

LE VISAGE PAR LA PRAIRIE

Soin initial - 60 minutes - 120€

Un excellent nettoyage de peau idéal en début de séjour, qui peut être complété d'un soin Cellulaire Anti-âge au cours du séjour.

Soin cellulaire personnalisé - 90 minutes - 150€

Un soin personnalisé, anti-âge, hydratant ou restructurant en fonction du diagnostic de votre peau effectué en début de soin.

Soin cellulaire pour homme - 90 minutes - 150€

Spécialement conçu pour les hommes, ce soin détoxifie ou apaise selon les besoins, énergise et rééquilibre immédiatement la peau. Les impuretés sont éliminées, le teint est plus frais et plus jeune.



Soin radiance or pur - 90 minutes - 160€

Grâce aux multiples propriétés de l'or pur 24 carats de Concentré Cellulaire Radiance Or Pur, ce soin exclusif offre à la peau un éclat sans précédent. Il contribue à maintenir l'élasticité et la fermeté de la peau.

Soin raffermissant caviar - 90 minutes - 160€

Une infusion de perles de Caviar lors du modelage du visage et du contour des yeux et l'Essence Cristalline transforment le teint le plus terne en une peau éclatante et lumineuse.

Soin platine - 90 minutes - 290€

Les experts de l'anti-âge ont créé ce soin global associant une expérience de bien-être profond aux bienfaits du platine pur qui rétablissent l'équilibre de la peau. Une praticienne s'occupe exclusivement de votre visage quand une autre s'occupe de la beauté de vos mains et de vos pieds. La peau est profondément hydratée et sublimée.

LE VISAGE PAR AQUASCIENCE



60 minutes - 95 €

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.

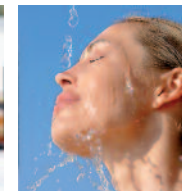
Source de réconfort - 60 minutes

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.

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

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.





LE CORPS PAR DECLÉOR

30 minutes - 70€ • 60 minutes - 110€

Rituel d'exfoliation aromatique - 30 minutes

Un gommage à base d'un mélange aromatique de graines de fruits, d'épices et d'huiles végétales malgaches. Un rituel qui revitalise et rend la peau douce et incroyablement satinée.

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.





LE CORPS PAR AQUASCIENCE



60 minutes - 95€

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 digitopression du visage.

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

LA BEAUTÉ DES CHEVEUX

L'institut du cheveu

Vous propose un diagnostic du cheveu personnalisé par René Furterer.

Les rituels Furterer - 45 minutes - 55€

Ces rituels sont ciblés pour répondre spécifiquement aux besoins de vos cheveux et de votre cuir chevelu. En fonction de vos besoins :

- Soin relaxant réparateur après soleil
- Forfait spécial chlore et sel
- Soin capillaire tonifiant et nutritif
- Soin fortifiant anti-chute
- Soin capillaire relaxant nutritif
- Soin capillaire purifiant

Les soins Furterer ne comprennent pas le coiffage après le soin. Il est donc conseillé de réserver soit un brushing soit un séchage naturel.

Soins Femme

Brushing cheveux courts à longs	36 à 60€
Mise en plis cheveux courts à longs	36 à 48€
Séchage cheveux courts à longs	23 à 29€
Transformation coupe	45€
Entretien coupe	30€
Coupe enfant	30€
Coup de peigne	15€

Des couleurs lumineuses par « REVLON PROFESSIONNEL »

Coloration temporaire	38 à 45€
Coloration permanente	42 à 50€
Bain de couleur	28€
Balayage	73 à 120€
Mèches	72 à 130€
Mèches partielles	44€

Soins Homme

Shampooing + séchage	23€
Shampooing + coupe	30€
Rafraîchissement barbe	10€

LA BEAUTÉ DES MAINS ET DES PIEDS

Pédicure médicale - 60 minutes - 70€

Prenez soin de vos pieds, offrez-vous une pédicure médicale. Soin personnalisé pour la santé des pieds réalisé par une podologue.

Douceur des mains par Decléor - 30 minutes - 70€

Ce soin nourrit et adoucit vos mains grâce à un rituel confort composé d'une exfoliation, modelage et masque onctueux à l'extrait de papaye et aux huiles essentielles actives.

Manucure	45 minutes - 49€
Pose de vernis	30 minutes - 20€
Pose de French	30 minutes - 25€

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

TEINTURE - 45 minutes

Teintures cils et sourcils - 55€

Teintures cils ou sourcils - 35€

ÉPILATION

Demi-jambes ou dos 35€

Jambes entières 59€

Aisselles ou bras 31€

Lèvres ou sourcils 13€

Maillot simple 31€

Maillot brésilien 50€

Maillot intégral 60€



L'EXPERTISE MINCEUR

15 minutes - 55 € • 20 et 30 minutes - 65 € • 60 minutes - 135 €

Douche à jet silhouette - 15 minutes

Hydromassage tonique du corps avec un jet d'eau de mer chaude à pression variable dirigé par l'hydrothérapeute, pour un effet stimulant, tonifiant et drainant.

Douche cellu-marine - 20 minutes

Hydromassage de l'ensemble du corps dans une baignoire par l'hydrothérapeute avec un jet d'eau de mer chaude. Idéal pour drainer, sculpter la silhouette et combattre la cellulite.

Douche cellu-lissante Exclusivité Thalassa Biarritz - 30 minutes

Ce soin minceur améliore l'aspect peau d'orange et agit efficacement sur les tissus adipeux, notamment les cuisses et les fessiers.

Drainage lymphatique - 60 minutes

Réalisé par un masseur-kinésithérapeute, massage manuel doux et rythmé du ventre et des jambes. Favorise l'élimination des toxines et dynamise la circulation lymphatique.

Enveloppement - 30 minutes - 55 €

Enveloppement amincissant aux algues fucus - 30 minutes

Idéal pour éliminer les toxines et favoriser l'amincissement grâce à l'effet sudation.

Enveloppement détoxifiant - 30 minutes

Application d'une pâte à base d'algues fucus et d'huiles essentielles spécialement conçue pour un effet sauna immédiat.



15 minutes - 15€ • 30 minutes - 45€

Test d'impédancemétrie - 15 minutes

Pour connaître la composition corporelle : masse grasse, masse musculaire et rétention d'eau.

Consultation diététique - 30 minutes

Pour perdre du poids ou tout simplement retrouver l'équilibre alimentaire, rendez-vous avec la diététicienne pour un bilan et des conseils personnalisés pour une minceur durable. Test d'impédancemétrie inclus.



LA MINCEUR PAR AQUASCIENCE



60 minutes - 95€

Essentiel silhouette - 60 minutes

forfait de 5 séances - 430€

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.

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

L'EXPÉRIENCE MARINE

LES GOMMAGES ET ENVELOPPEMENTS

Gommage 30 minutes - 70€

Gommage sous affusion - 30 minutes

Exfoliation de la peau avec des sels marins pour éliminer les impuretés, réalisée sous une pluie fine d'eau de mer chaude. Une agréable sensation de bien-être et de douceur.

Gommage doux 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 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.



Enveloppement 30 minutes - 55€ sauf revitalisant - 45€

Enveloppement revitalisant aux algues laminaires - 30 minutes

Application d'une crème d'algues chaude sur le corps puis enveloppement dans une cocon chaud. Idéal pour ressourcer et reminéraliser l'organisme, décontracter les muscles.

Enveloppement hydratant doux - 30 minutes

Enveloppement chaud d'une crème hydratante onctueuse à base de beurre de karité, d'algues, de miel et cire d'abeille. Une composition naturelle exceptionnellement riche pour nourrir et adoucir la peau. Sensation de bien-être immédiat et une peau douce et satinée.

Enveloppement jambes légères - 30 minutes

Application sur les jambes d'un masque fraîcheur à base d'algues, de menthol et d'extraits de petit houx et de marron d'Inde. Ce soin redonne vitalité et légèreté aux jambes et stimule la circulation.

LES ESSENTIELS

Enveloppement Zénitude - 30 minutes - 80€

Exclusivité Thalassa Biarritz

Enveloppement chaud hydratant, subtilement parfumé aux essences d'agrumes, associé à un modelage relaxant du visage suivi d'un masque rafraîchissant et d'un modelage des pieds.

Bain multi-jets évanescence - 30 minutes - 80€

Exclusivité Thalassa Biarritz

Moment de détente et d'évasion. Hydromassage de l'ensemble du corps réalisé en bain d'eau de mer parfumé, associé à un modelage relaxant, des épaules, de la nuque et du cuir chevelu. Idéal pour se ressourcer et décontracter les muscles.

Hydromassage allongé - 15 minutes - 50 €

Hydromassage des jambes et du dos avec un jet d'eau de mer chaude à pression variable dirigé par l'hydrothérapeute, pour soulager les tensions du dos et améliorer la circulation.

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

Douche sous-marine - 20 minutes - 50€

Dans un bain d'eau de mer chauffé, modelage sous-marin du corps par un jet d'eau dirigé par l'hydrothérapeute. Idéal pour décontracter les muscles.

Douche à pomme	15 min - 40€	Bain microbulles	25 min - 40€
Hydrojet	20 min - 40€	Jet sous-marin	30 min - 40€
Douche à affusion	20 min - 40€	Hydrojambes	30 min - 40€
Bain hydromassant	25 min - 40€	Pressothérapie	30 min - 40€



L'EXPÉRIENCE SPA

LES MODELAGES ÉVASION

30 minutes - 70€

45 et 60 minutes - 110€ sauf le modelage aux pierres chaudes - **135€**

Évasion Madagascar par Decléor - 60 minutes

Véritable voyage sensoriel, ce soin célèbre la beauté de l'île de Madagascar, dans chacun de ses gestes et senteurs. Modelage complet du corps, du visage et du cuir chevelu pour réénergiser le corps et apaiser l'esprit.

Aromassage par Decléor - 60 minutes

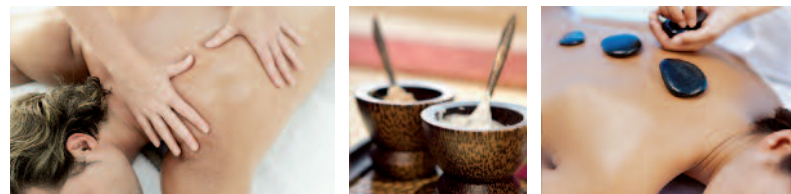
Modelage aromatique relaxant aux huiles essentielles. Effleurages, pressions et lissages pour dénouer les tensions musculaires tout en équilibrant les énergies du corps.

Modelage énergisant par Decléor - 60 minutes

Soin revitalisant. Désstresse le dos avec un modelage et masque chauffant et énérgise le corps grâce à un modelage avec un baume aux huiles essentielles toniques.

Modelage sur-mesure par Decléor - 30 minutes

Modelage aromatique aux huiles essentielles ciblé sur une ou deux zones choisies parmi celles qui en ont le plus besoin : dos, cuir chevelu, mains ou pieds.



Modelage aux pierres chaudes - 60 minutes

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

Réflexologie plantaire - 45 minutes

Modelage et stimulation par pressions des zones réflexes de la plante des pieds pour rééquilibrer le corps. Idéal pour libérer les tensions et redynamiser l'organisme.

Modelage sous affusion - 30 minutes

Expérience multi-sensorielle : modelage relaxant sous une pluie fine d'eau de mer chaude pour une détente absolue et une peau douce et souple.

LES MASSAGES

RÉALISÉS PAR NOS MASSEURS-KINÉSITHÉRAPEUTES

30 minutes - 75€ • 60 minutes - 135€

Waterning Exclusivité Thalassa Biarritz - 60 minutes

Soin exclusif associant techniques de relaxation, de pressions douces et d'étirements dans l'eau de mer chauffée, avec un masseur-kinésithérapeute. Le corps s'abandonne et les tensions se relâchent totalement. Le bercement régulier et continu du corps au contact de l'eau de mer favorise également le «lâcher-prise».

Massage sensoriel - 60 minutes

Massage de l'ensemble du corps sur un rythme lent et profond, pour un relâchement musculaire et une réelle détente.

Massage Thai - 60 minutes

Sur futon et en tenue souple. Pressions et étirements des muscles et des articulations pour stimuler les énergies et procurer une sensation de relaxation profonde.



Drainage lymphatique - 60 minutes

Massage manuel doux et rythmé du ventre et des jambes. Favorise l'élimination des toxines et dynamise la circulation lymphatique.

Massage thérapeutique - 30 minutes

Massage personnalisé aux besoins spécifiques de chacun. Idéal pour combattre les blocages et tensions du dos, les douleurs musculaires et les problèmes articulaires.

Massage détente du corps 30 minutes

Massage plantaire 30 minutes

Massage crânien 30 minutes

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

30 minutes - 40€ • 3 séances - 100€

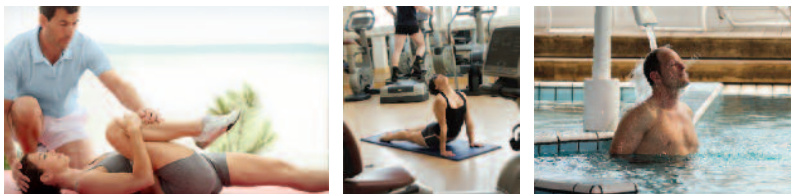
Activités aquatiques ciblées - 30 min - Forfait 3 séances

Cours ciblés selon les bienfaits recherchés, animés par un maître-nageur ou un masseur-kinésithérapeute dans une piscine d'eau de mer chauffée. Aquastretching, Aquados, Aquatonique, Aquagym ou Jet sous-marin.

Renforcement musculaire - 30 min - Forfait 3 séances

Pour renforcer et tonifier ses muscles, gagner en fermeté et sculpter sa silhouette, une variété d'exercices ciblés pour renforcer les zones cuisses-abdos-fessiers.

Leçon individuelle de natation - 30 min - Forfait 3 séances



45 minutes - 70€ • 3 séances - 195€

Coaching sportif individuel - 45 minutes - Forfait 3 séances

Votre coach sportif vous fait travailler votre corps avec un accompagnement sur-mesure. Il établit avec vous un programme personnalisé adapté à vos objectifs et vous fait progresser.

Pilates - 45 minutes - Forfait 3 séances

Séance individuelle. Méthode douce pour améliorer la tonicité, la souplesse, la coordination et la posture. Alternance d'exercices sans mouvements brusques qui sollicitent tout le corps, en particulier les abdominaux.

Rééducation en piscine - 30 minutes - 75€

Exercices de rééducation en douceur, réalisés sous la conduite d'un masseur-kinésithérapeute dans un bassin d'eau de mer chauffée, facilités par la portance et la chaleur de l'eau. Sur prescription médicale. Rééducation en salle possible.

Accès Espace Forme - Demi-journée - 50€

Piscine d'eau de mer chauffée, sauna, hammam oriental, parcours océanique, salle de fitness.

LE LÂCHER PRISE

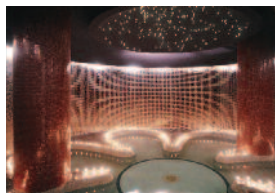
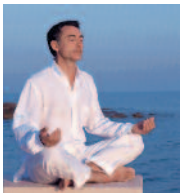
30 minutes - 55€ • 60 minutes - 120€

Sophrologie - 60 minutes

Séance individuelle de relaxation inspirée de techniques orientales pour retrouver l'harmonie du corps et de l'esprit. Association de techniques respiratoires et d'exercices d'étirements, de mouvements et de postures pour un véritable «lâcher prise».

Lagon de relaxation - 30 minutes

Séance de relaxation dirigée dans une eau hypersaline pour retrouver la sérénité. Le corps se relâche doucement, porté par l'eau et la voix apaisante du masseur-kinésithérapeute.



LES ABONNEMENTS

Nos abonnements de soins

Un large choix d'abonnements de soins adaptés en fonction de vos attentes.

Notre Select Club Miramar

Devenir membre, c'est avoir le privilège de bénéficier d'un accès à notre Espace Forme, au hammam oriental et au sauna, au parcours océanique couvert de l'Institut et à la piscine extérieure d'eau de mer chauffée avec plus de 40 séances dirigées par un masseur-kinésithérapeute, maître-nageur ou un coach sportif, un suivi diététique, et de nombreux autres avantages sur tous nos services. Abonnement annuel ou trimestriel.

Pour tout renseignement et informations complémentaires, nous consulter.

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



*Offrez tout un monde de
bien-être avec le coffret
carte cadeau*



Nichée dans son magnifique coffret, la Carte Cad'eau Thalassa sea & spa est le cadeau bien-être incontournable !

Au sein de 10 destinations françaises de thalassothérapie d'une beauté exceptionnelle, vos proches pourront découvrir tout un monde de bien-être et profiter des bienfaits durables de la mer. Pour le montant de votre choix, ils pourront choisir leur moment de détente parmi nos différents programmes de soins (semaines et courts séjours) et nos soins à la carte.

Carte acceptée uniquement en paiement de prestations sur les sites du réseau Thalassa sea & spa en France.

Renseignements pour tout achat au 0825 00 77 77 (0,15€ TTC/min) en ligne sur www.thalassa.com, ou auprès de nos hôtels et instituts.

CE QU'IL FAUT SAVOIR

RETROUVEZ PLUS D'INFORMATIONS
AINSI QUE TOUTES NOS PROMOTIONS
SUR NOTRE SITE INTERNET WWW.THALASSA.COM

À partir de 95€ d'achat, accès libre aux installations pendant la demi-journée de soins.

Durée des soins. La durée comprend votre accueil, votre temps de soins ainsi que votre temps d'installation en cabine. Pour les soins esthétiques et modelages, pour une séance de 30 min, 60 min et de 90 min, les durées effectives de soins sont respectivement de 25 min, 50 min et de 80 min. Pour les massages, pour une séance de 60 min, la durée effective est de 45 min.

Réservations de soins. Les réservations constituent une commande ferme. Pour les clients extérieurs et pour toute réservation par téléphone, les réservations sont obligatoirement garanties par carte de crédit. Les tarifs TTC publiés sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis. Ils sont valables depuis le 1er février 2011.

Moyens de paiement acceptés. Carte Visa, Mastercard, American Express, Eurocard, Diner's, Chèques vacances, Chèque AIClub rewards (seulement le week-end), carte Cad' eau Thalassa sea & spa.

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 l'Espace Beauté, nous vous conseillons de réserver vos soins à l'avance.

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. Pour accéder à l'Institut, le port de sandales est indispensable. Pour accéder à l'Espace Forme, tenue et chaussures de sport sont indispensables. Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Nos soins collectifs peuvent être réalisés par des personnes de 16 ans et plus. Animaux non admis à l'Institut.

Les modelages, sont des massages non thérapeutiques effectués par des esthéticiennes diplômées, des modeuses ou des hydrothérapeutes.

Information et réservation. Tél. Espace Beauté 05 59 41 30 11, tél. Institut de thalassothérapie 05 59 41 35 00 et tél. hôtel 05 59 41 30 01. 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.

LES ESCALES

Les escales beauté	Durée	Tarif
Escale des sens	3 heures 45	330€
La Prairie anti-âge	3 jours	295€
	5 jours	450€
Escale Oxygène	2 heures	185€
Rituel Oriental	1 heure 30	150€
Les escales marines	Durée	Tarif
Escale remise en forme	4 soins/1/2 J.	130€
Escale découverte	3 soins/1/2 J.	95€
Parenthèse bien-être	2 soins	95€
Les journées bien-être	Durée	Tarif
Déjeuner	suppl.	76€

L'EXPERTISE BEAUTÉ

Le visage	Durée	Tarif
Par La Prairie		
Soin initial	60 min	120€
Soin cellulaire personnalisé	90 min	150€
Soin cellulaire pour homme	90 min	150€
Soin radiance or pur	90 min	160€
Soin raffermissant caviar	90 min	160€
Soin platine	90 min	290€

Par Aquascience	Durée	Tarif
Source d'éclat	60 min	95€
Source de pureté	60 min	95€
Source de réconfort	60 min	95€
Source de jeunesse	60 min	95€

Le corps	Durée	Tarif
Par Decléor		
Rituel d'exfoliation	30 min	70€
Rituel «lle Rouge »	60 min	110€
Par Aquascience		
Bulle d'oxygène	60 min	95€
Bien être du dos	60 min	95€
Hydratation velours	60 min	95€

La beauté des cheveux	Durée	Tarif
Rituels Furterer	45 min	55€
Brushing		36 à 60€
Mise en plis		36 à 48€
Séchage cheveux		23 à 29€
Transformation coupe		45€
Entretien coupe		30€
Coupe enfant		30€
Coup de peigne		15€
Par Revlon Professionnel		
Colorations		38 à 50€
Bain couleur		28€
Balayage		73 à 120€
Mèches		44 à 130€

Soins homme	Durée	Tarif
Shampooing + séchage		23€
Shampooing + coupe		30€
Rafraîchissement barbe		10€

Les mains et les pieds	Durée	Tarif
Pédicure médicale	60 min	70€
Douceur des mains	30 min	70€
Manucure	45 min	49€
Pose de vernis	30 min	20€
Pose de French	30 min	25€

Les teintures	Durée	Tarif
Teinture cils ou sourcils	45 min	35€
Teinture cils et sourcils	45 min	55€

Les épilations	Durée	Tarif
Demi-jambes ou dos		35€
Jambes entières		59€
Aisselles ou bras		31€
Lèvres ou sourcils		13€
Maillot simple		31€
Maillot brésilien		50€
Maillot intégral		60€

L'EXPÉRIENCE MARINE

Les gommages	Durée	Tarif
Sous affusion	30 min	70€
Senteurs méditerranéennes	30 min	70€
Sels de l'Atlantique	30 min	70€
Perles d'eau de mer	30 min	70€

Les enveloppements	Durée	Tarif
Revitalisant	30 min	45€
Hydratant	30 min	55€
Jambes légères	30 min	55€

Les essentiels	Durée	Tarif
Enveloppement zénitude	30 min	80€
Bain multi-jets évanescence	30 min	80€
Hydromassage allongé	15 min	50€
Douche sous-marine	20 min	50€
Douche à pomme	15 min	40€
Hydrojet	20 min	40€
Douche à affusion	20 min	40€
Bain hydromassant	25 min	40€
Bain microbulles	25 min	40€
Jet sous-marin	30 min	40€
Hydrojambes	30 min	40€
Pressothérapie	30 min	40€

L'EXPÉRIENCE SPA

Massages et modelages	Durée	Tarif
Évasion Madagascar	60 min	110€
Aromassage	60 min	110€
Modelage énergisant	60 min	110€
Modelage sur-mesure	30 min	70€
Pierres chaudes	60 min	135€
Réflexologie plantaire	45 min	110€
Modelage sous affusion	30 min	70€
Waterning	60 min	135€
Massage sensoriel	60 min	135€
Massage Thaï	60 min	135€
Drainage lymphatique	60 min	135€
Massage thérapeutique	30 min	75€
Massage détente du corps	30 min	75€
Massage plantaire	30 min	75€
Massage crânien	30 min	75€

ÉQUILIBRE ET FORME

Les activités physiques	Durée	Tarif
Activités aquatiques	30 min	40€
	3 séances	100€
Renforcement musculaire	30 min	40€
	3 séances	100€
Leçon de natation individuelle	30 min	40€
	3 séances	100€

Coaching sportif individuel	45 min	70€
	3 séances	195€
Pilates - séance individuelle	45 min	70€
	3 séances	195€
Rééducation en piscine	30 min	75€
Accès Espace Forme	1/2J.	50€

Le lâcher prise	Durée	Tarif
Sophrologie	60 min	120€
Lagon de relaxation	30 min	55€

L'EXPERTISE MINCEUR

Les exclusivités	Durée	Tarif
Douche à jet silhouette	15 min	55€
Douche cellu-marine	20 min	65€
Douche cellu-lissante	30 min	65€
Drainage lymphatique	60 min	135€
Enveloppement amincissant	30 min	55€
Enveloppement détoxifiant	30 min	55€
Test d'impédancemétrie	15 min	15€
Consultation diététique	30 min	45€
Par Aquascience		
Essentiel silhouette	60 min	95€
	5 séances	430€
Idéal fermeté	60 min	95€

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



THALASSA BIARRITZ
INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE
HÔTEL SOFITEL THALASSA BIARRITZ LE MIRAMAR

Tél. Espace Beauté +33 (0)5 59 41 30 11
Tél. Institut de thalassothérapie +33 (0)5 59 41 35 00
E-mail : H2049-re@accor.com
13 rue Louison Bobet - 64200 Biarritz
www.thalassa.com

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)