



carte  
des SOINS

  
Thalassa  
SEA & SPA  
  
ESSAOUIRA

# SOMMAIRE

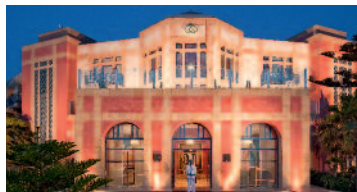
<b>LES ESCALES</b>	
Les Ecales Beauté	4
Les Ecales à Deux – Les Ecales Marines	5
<b>L'EXPERTISE BEAUTÉ</b>	
Les Senteurs orientales	6
Le Visage	7
Le Corps	8
La Mise en Beauté	9
<b>L'EXPÉRIENCE SPA</b>	
Les Massages Évasion	10
Les Massages Équilibre	11
<b>L'EXPÉRIENCE MARINE</b>	12
<b>L'EXPERTISE MINCEUR</b>	13
<b>LES TARIFS</b>	14
<b>CE QU'IL FAUT SAVOIR</b>	15

Entre plage de sable fin et médina marocaine, Thalassa Essaouira vous accueille dans une atmosphère douce et tonique. Mille et une sensations de bien-être vous attendent... Nos esthéticiennes, masseurs-kinésithérapeutes, hydrothérapeutes et coach sportifs sont à votre écoute.

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

**aquaSCIENCE** la nouvelle marque cosmétique de Thalassa sea & spa arrive chez Thalassa Essdouira en 2011. Elle 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.

**Produits naturels marocains.** Découvrez tous nos soins authentiques, précédés d'une séance de hammam lors de rituels tout en douceur ! Le savon noir, le ghassoul, l'eau de rose sont idéals pour nettoyer, tonifier, nourrir et rafraîchir tout en douceur la peau. L'huile d'argan est utilisée dans nos soins et massages du corps et du visage pour ses bienfaits antioxydant et hydratants.



# À DÉCOUVRIR



## **Coaching sportif individuel**

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

## **Séances d'activité physique**

Profitez de votre séjour pour découvrir les différents ateliers forme proposés par le coach : aquagym, stretching, gym douce, abdo-fessiers... Accès libre.

## **Pilates - en exclusivité - 60 minutes - 250 dhs**

Séance individuelle. 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.

# LES ESCALES



## LES ESCALES BEAUTÉ

### **Douceur et éclat du Maghreb – 3 heures – 1 500 dhs**

Bien-être et beauté à l'orientale. Rituel marocain : hammam, gommage au savon noir, masque des cheveux et modelage (60 min), soin complet du visage, adapté aux besoins de votre peau (60 min), beauté des mains ou des pieds (45 min).

### **Escapade de mise en beauté – 2 heures 30 – 1 300 dhs**

Soin du visage sur-mesure (60 min), soin du cheveu (30 min), manucure (45min). Véritable cocktail de douceur et de beauté.

### **Demi-journée orientale – 2 heures 30 – 1 300 dhs**

Rituel de la beauté marocaine au hammam, massage oriental aux huiles chaudes suivi d'un soin esthétique traditionnel marocain (au choix visage, mains ou pieds). Pour se ressourcer en profondeur et retrouver une peau douce et éclatante.



## LES ESCALES À DEUX

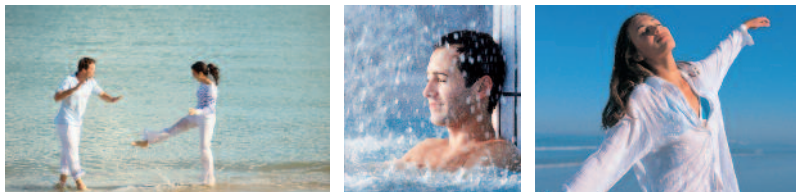
Un rituel de bien-être à partager en couple dans un espace unique et privatisé.

### Rituel aux arômes - 2 heures - 2 400 dhs pour deux

Deux heures de bonheur avec un massage aux arômes orientaux, un soin "sérénité" visage et un bain aux arômes et à l'argan.

### Rituel du bien-être oriental - 2 heures 30 - 2 800 dhs pour deux

Au menu gommage au savon noir, massage aux huiles chaudes, bain velouté à la rose d'Orient.



## LES ESCALES MARINES

### Santé - 2 heures 30 - 1 300 dhs

Revitaliser votre corps et régénérer votre capital forme :  
Séance avec le coach sportif (aquagym douce 30 min + cours personnalisé 30 min), suivi d'un cocon d'algues (30 min) et d'un massage musculaire revigorant réalisé par un masseur-kinésithérapeute (60 min), idéal pour récupérer après l'effort.

### Demi-journée bien-être - 1 200 dhs

4 soins de thalassothérapie sur une demi-journée :  
- 3 soins individuels (parmi bain hydromassant, douche à jet, pressothérapie, hydrojet, douche sous-marine, modelage sous affusion),  
- 1 parcours aquatique en piscine.

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

# L'EXPERTISE BEAUTÉ



## SENTEURS ORIENTALES

**60 minutes - 750 dhs • 90 minutes - 1 200 dhs**

### **Rituel de la beauté marocaine - 60 minutes**

Un hammam dans la pure tradition orientale et un gommage au savon noir suivis d'un cocon au ghasoul et d'un modelage à l'huile d'argan.

### **Rituel relaxant aux huiles et senteurs orientales - 90 minutes**

Moment de détente et de douceur extrême pour le corps et l'esprit. Peeling aux huiles et pétales de fleurs, suivi d'un massage relaxant à l'huile d'argan et d'un soin de visage à l'orange.

### **Rituel de sérénité - 90 minutes**

Redonner éclat à votre corps avec un gommage aux senteurs d'agrumes, un massage du corps à l'huile d'argan et un bain à remous au sel rose de l'Himalaya qui régénère et reminéralise le corps. Les tensions sont libérées et la peau est douce et parfaitement hydratée.

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



## LE VISAGE AVEC DES PRODUITS NATURELS MAROCAINS

60 minutes - 580 dhs • 30 minutes - 300 dhs

### Soin Bio oriental personnalisé - 60 minutes

Un soin personnalisé pour une peau hydratée et un teint lumineux : lait démaquillant douceur au miel et à l'extrait de safran, gommage, masque, puis modelage et crème hydratante à l'argan. Découvrez des textures et des senteurs différentes selon vos envies et les besoins de votre peau :

- **nourissant** à base de beurre de karité et beurre de mangue
- **purifiant** à base d'eau de rose, pois chiche et argile verte
- **apaisant** à base d'eau de rose, germe de blé et argile blanche

### Soin découverte oriental - 30 minutes

Soin express pour redonner éclat et hydrater la peau. Gommage à l'argan, masque à l'argile, crème à base d'argan.

## LE VISAGE PAR AQUASCIENCE **NOUVEAUTÉ 2011**



60 minutes - 580 dhs

### 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 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

### AVEC DES PRODUITS NATURELS MAROCAINS

45 minutes - 400 dhs

#### Soin du dos oriental - 45 minutes

Selon vos besoins et vos envies, un soin purifiant : gommage, vapeur, assainissant, massage avec huile d'argan, masque au ghassoul et baume hydratant.



## LE CORPS PAR AQUASCIENCE NOUVEAUTÉ 2011



30 minutes - 400 dhs • 60 minutes - 750 dhs

#### 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.

#### 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.

#### 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.

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

# LA MISE EN BEAUTÉ

## LA BEAUTÉ DES CHEVEUX

**Coupe femme - 165 dhs - Coupe homme - 135 dhs**

**Coupe enfant - 115 dhs**

**Pour cheveux courts - shampoing brushing - 170 dhs**

si coloration, mèches ou balayage..... supplément de 200 dhs

**Pour cheveux mi longs - shampoing brushing - 190 dhs**

si coloration, mèches ou balayage..... supplément de 250 dhs

**Pour cheveux longs - shampoing brushing - 220 dhs**

si coloration, mèches ou balayage..... supplément de 350 dhs

### SOINS TRADITIONNELS

**Bain d'huile d'argan - 100 dhs**

**Masque à base de plantes - 100 dhs**

**Massage du cuir chevelu - 120 dhs**



## LA BEAUTÉ DES MAINS & DES PIEDS

**Soin traditionnel oriental des pieds - 45 minutes - 400 dhs**

Pédicure et gommage avec pierre ponce traditionnelle au savon noir, bain des pieds à base de rose et de lavande, masque au ghassoul, baume fondant beurre de karité et beurre de mangue.

**Soin traditionnel oriental des mains - 45 minutes - 400 dhs**

Traitement des ongles, bain des mains à base de rose, gommage au germe de blé, masque au ghassoul blanc, massage avec crème d'argan et pose vernis.

**Beauté des mains ou des pieds - 30 ou 45 minutes - 250 ou 400 dhs**

De jolis ongles réguliers et bien taillés ! Pose comprise.

**Pose vernis ou french manucure - 125 dhs**

## LES ÉPILATIONS

**À 100 dhs**

Aisselles

Lèvres/sourcils/menton

Nez/joues

Maillot simple

**À 150 dhs**

Mi jambes

Bras

Dos

Maillot brésilien

**À 250 dhs**

Jambes complètes

Mi jambe et maillot

# L'EXPÉRIENCE SPA



## LES MASSAGES ÉVASION

### **L'Authentique à l'argan - 30/60 minutes - 400 ou 750 dhs**

Véritable lâcher prise des pieds à la racine de cheveux. Massage de l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan, pour vous détendre profondément tout en hydratant votre peau.

### **L'Orientale aux huiles chaudes - 75 minutes - 1 000 dhs**

Ce massage pratiqué depuis des générations par les femmes marocaines est connu pour ses multiples bienfaits. Application de tampons imprégnés de lavande et d'huile chaude sur les articulations, massage relaxant et tonifiant et pour finir, un massage du visage et du cuir chevelu. Diminue les tensions musculaires et apaise le corps et l'esprit.

### **Ayurvédique Chic - 60 minutes - 1 000 dhs**

Ce massage puisé dans la science traditionnelle indienne est un véritable soin thérapeutique pour détoxifier l'organisme et se détendre. Améliore le teint, active les circuits d'énergie vitale et apporte une détente musculaire et mentale immédiate et durable.

### **Aux baguettes de thuya - 60 minutes - 1 000 dhs**

Massage aux baguettes de bois de thuya alternant des mouvements amples et fluides et des pressions glissées, pour stimuler le système circulatoire et apporter tonicité et souplesse au corps.



## LES MASSAGES ÉQUILIBRE

### **Soif de tonique - 30/60 minutes - 400 ou 750 dhs**

Massage alliant pressions et mouvements toniques pour redonner énergie et vitalité au corps.

### **Réflexologie plantaire - 30 minutes - 400 dhs**

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

### **Drainage - 60 minutes - 750 dhs**

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

### **Massage thérapeutique - 30/60 minutes - 400 ou 750 dhs**

Massage effectué par un masseur-kinésithérapeute, personnalisé aux besoins spécifiques de chacun. Idéal pour combattre les blocages et tensions du dos, les douleurs musculaires et les problèmes articulaires.

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

# L'EXPÉRIENCE MARINE



## **Modelage sous affusion - 30 minutes - 450 dhs**

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

## **Bain hydromassant - 30 minutes - 250 dhs**

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

## **Enveloppement revitalisant aux algues laminaires - 30 minutes - 350 dhs**

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

## **Enveloppement jambes légères - 30 minutes - 350 dhs**

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.

## **Parcours aquatique - 30 minutes - 250 dhs**

Itinéraire marin plein de vitalité composé d'une succession d'étapes ludiques pour réveiller le corps en douceur : geysers verticaux et horizontaux, jets séquentiels, fauteuils bouillonnants, fontaine marine.

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

# L'EXPERTISE MINCEUR

## **Lipomodelage - 45 minutes - 400 dhs**

Séance de Cellu M6®. Véritable massage «palper-rouler» associé à un système d'aspiration pour affiner et remodeler la silhouette. Soin personnalisé selon vos besoins : minceur, cellulite, relâchement cutané, circulation...

## **Massage palper-rouleur manuel - 30 minutes - 400 dhs**

Massage minceur par excellence pour remodeler la silhouette.

## **Rituel minceur aux effluves de cacao - 90 minutes - 1 200 dhs**

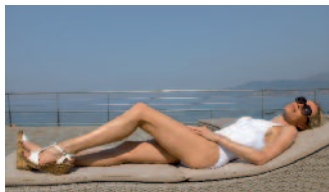
### **Forfait 3 séances - 3 300 dhs**

Pour gommer les capitons et retrouver une peau plus lisse. Après un gommage aux senteurs d'agrumes, enveloppez-vous dans un cocon minceur au cacao et café, et terminez par un massage tonique.

## **Essentiel Silhouette par Aquascience - 60 minutes - 750 dhs**

### **Forfait 3 séances - 2 000 dhs**

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



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

## LES ESCALES

À découvrir	Durée	Tarif
Coaching sportif individuel		
Séance d'activité physique		
Pilates - séance individuelle		250 dhs

Les escales beauté	Durée	Tarif
Douceur et éclat	3h	1 500 dhs
Escapade	2h30	1 300 dhs
Demi-journée	2h30	1 300 dhs

Les escales à deux	Durée	Tarif
Rituels aux arômes à 2	2h	2 400 dhs
Escale découverte à 2	2h30	2 800 dhs

Les escales marines	Durée	Tarif
Santé	2h30	1 300 dhs
Bien-être	1/2 J.	1 200 dhs

## L'EXPERTISE MINCEUR

L'expertise minceur	Durée	Tarif
Lipomodélage	45 min	400 dhs
Massage palper rouler	30 min	400 dhs
Rituel minceur	90 min	1 200 dhs
	3 séances	3 300 dhs
<b>Par Aquascience</b>		
Essentiel silhouette	60 min	750 dhs
	3 séances	2 000 dhs

## L'EXPERTISE BEAUTÉ

Senteurs orientales	Durée	Tarif
Rituel de la beauté	60 min	750 dhs
Rituel relaxant aux huiles	90 min	1 200 dhs
Rituel de sérénité	90 min	1 200 dhs

Le visage	Durée	Tarif
<b>Produits marocains</b>		
Soin bio Oriental	60 min	580 dhs
Soin découverte Oriental	30 min	300 dhs

Par Aquascience	Durée	Tarif
Source éclat	60 min	580 dhs
Source pureté	60 min	580 dhs
Source jeunesse	60 min	580 dhs

Le corps	Durée	Tarif
<b>Produits marocains</b>		
Soin du dos oriental	45 min	400 dhs
<b>Par Aquascience</b>		
Bulle d'Oxygène	60 min	750 dhs
Hydratation velours	60 min	750 dhs
Gommage fraîcheur	30 min	400 dhs

## LA MISE EN BEAUTÉ

La beauté des cheveux	Durée	Tarif
Bain d'huile d'argan		100 dhs
Masque à base de plantes		100 dhs
Massage du cuir chevelu		120 dhs
Coupe femme		165 dhs
Coupe homme		135 dhs
Coupe enfant		115 dhs
Shampooing brushing		170 dhs
Cheveux courts		190 dhs
Cheveux mi-longs		220 dhs
Cheveux longs		220 dhs

Les mains et les pieds	Durée	Tarif
Pose de vernis		125 dhs
Beauté mains ou pieds	30 min	250 dhs
	45 min	400 dhs
Soin traditionnel	45 min	400 dhs

Les épilations	Durée	Tarif
Aisselles et visage		100 dhs
Maillot simple		100 dhs
Mi jambes, bras, dos, Maillot brésilien		150 dhs
Jambes complètes		250 dhs
Mi jambe et maillot		250 dhs

## L'EXPÉRIENCE SPA

Les massages évasion	Durée	Tarif
L'authentique à l'argan	30 min	400 dhs
	60 min	750 dhs
L'orientale aux huiles	75 min	1 000 dhs
Ayurvédique chic	60 min	1 000 dhs
Aux baguettes de thuya	60 min	1 000 dhs

Les classiques	Durée	Tarif
Soif de tonique	30 min	400 dhs
	60 min	750 dhs
Réflexologie plantaire	30 min	400 dhs
Drainage	60 min	750 dhs
Massage thérapeutique	30 min	400 dhs
	60 min	750 dhs

## L'EXPÉRIENCE MARINE

Les essentiels	Durée	Tarif
Modelage sous affusion	30 min	450 dhs
Bain hydromassant	30 min	250 dhs
Enveloppement aux algues	30 min	350 dhs
Enveloppement jambes	30 min	350 dhs
Parcours aquatique	30 min	250 dhs

## CE QU'IL FAUT SAVOIR

### Votre arrivée à l'institut

Nous vous invitons à vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre soin. Vous pourrez profiter des espaces de relaxation.

L'institut met à votre disposition des serviettes et des bonnets.

### Informations sur les soins

Pour une séance de 30min, de 60min, de 90min ou de 120min, les durées effectives des soins sont respectivement de 25min, 50min, 80min ou de 110min. Nos massages sont des soins de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.

**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.

### Réervations

Les changements de soins et de durées sont possibles selon les disponibilités. Les soins sont à réserver auprès de l'Accueil de l'Institut.

### Politique d'annulation

Tout rendez-vous peut-être annulé jusqu'à 24 heures à l'avance. En cas de retard, nous nous réservons le droit de réduire la durée de votre soin équivalant à votre retard.

### Invitation Cadeaux

Un cadeau élégant pour toutes les occasions. D'une heure à une journée complète de bien-être. L'équipe est à votre disposition pour toute information.

### Institut

Pour toute information et réservation, l'Institut vous accueille tous les jours de 9h à 12h30 et de 14h30 à 19h.

Tél. 00 212 524 479 050 ou sur place au 90 50. 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](http://www.thalassa.com).

Patente 47216742 - RC 75957 - IF 01086442 - CNSS 6203567 - au capital de 43 272 000.00 € - Société Anonyme à Directoire et Conseil de Surveillance au capital de 597 775 650 euros - RCS Evry B602 036 444.

Crédits photos : Photothèque Accor - DR, E. Cuvillier, F. Rambert, C. Poncelet, D. Abdessamad, J. Burlot, J. Y Guacia, F. Rambert, PhotoAlto, Getty Image, Goodshoot, Corbis, Image Source. Photos non contractuelles.

Conception Christine Bouché [www.agencemisenpage.com](http://www.agencemisenpage.com). Imprimé en France.



**THALASSA ESSAOUIRA**  
**ISTITUT DE THALASSOTHERAPIE**  
**HOTEL SOFITEL THALASSA MEDINA & SPA**

---

Tél. + 212 52 44 79 000

E-mail. [H2967@sofitel.com](mailto:H2967@sofitel.com)

Bd Mohamed V - 44000 Essaouira - Maroc

[www.thalassa.com](http://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)