



carte  
des SOINS

  
Thalassa  
SEA & SPA

  
LE TOUQUET

# SOMMAIRE

<b>LES ESCALES</b>	4
<b>L'EXPERTISE BEAUTÉ</b>	
Le visage	6
Le corps	8
La mise en beauté	10
La beauté des cheveux	11
<b>L'EXPERTISE MINCEUR</b>	12
<b>L'EXPÉRIENCE MARINE</b>	
Les enveloppements - Les toniques	14
Les essentiels	15
<b>L'EXPÉRIENCE SPA</b>	
L'expérience hammam - Les modelages évasion	16
Les classiques	17
<b>L'ÉQUILIBRE ET FORME</b>	
Les activités physiques	18
Le lâcher prise - Les bilans équilibre	19
Les abonnements	20
<b>LA CARTE CAD'EAU</b>	20
<b>CE QU'IL FAUT SAVOIR</b>	21
<b>RÉSERVEZ VOS SOINS</b>	22





L'Institut de thalassothérapie et l'Espace Beauté vous accueillent dans un site posé sur la magnifique plage du Touquet. Profitez de la vue imprenable sur la mer et savourez un moment de détente inédit. Nos esthéticiennes, masseurs-kinésithérapeutes, hydrothérapeutes, coachs sportifs et maîtres-nageurs sont à votre écoute.

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.

• **CARITA** révèle depuis plus de 60 ans la beauté unique de chacun à travers des produits de haute performance pour le visage et le corps.

• **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.



# LES ESCALES

EN DEMI-JOURNÉE ET JOURNÉE DE SOINS

## LES ESCALES BEAUTÉ

**3 heures - 215€ • 2 heures 30 - 185€ • 2 heures 15 - 150€**

**1 heure 30 - 120€ • 1 heure 15 - 85€**

### Escale beauté - 3 heures

Cocktail de beauté et de bien-être pour le visage et le corps. Gommage corporel aux huiles essentielles, soin du visage Aquascience personnalisé selon les besoins de votre peau, et pour finir un soin des mains et des pieds.

### Escale oxygène - 2 heures 30

Moment de beauté et de bien-être avec rituel du cheveu René Furterer personnalisé, un soin du corps Bulle d'oxygène et un soin du visage Source d'éclat. La peau retrouve tout son éclat et sa douceur.

### Escale plage - 2 heures 15

Relaxation et douceur de peau avec hammam bain de vapeur, gommage corporel au gant loofah, séance d'UV, modelage relaxant du corps et du visage (60 min).

### Escale spa - 1 heure 30

Gommage corporel, enveloppement de nacre à l'hibiscus et modelage du visage. Une pause pour vous ressourcer et nourrir votre peau.

Ces escales beauté se réservent à l'Espace Beauté.

### Escale vitalité - 1 heure 15

Pour vous régénérer et faire le plein d'oligo-éléments. Peeling corporel marin et enveloppement revitalisant aux algues laminaires, suivi d'une hydratation du corps pour adoucir votre peau.

### Pour une efficacité optimale : forfait 3 séances - 180€

- 1 escale vitalité (1 h15),

- 2 enveloppements revitalisants (45 min).



## LES ESCALES MARINES

Accès libre à notre Espace Forme (piscine d'eau de mer chauffée, hammam et salle de fitness) pendant votre demi-journée de soins.

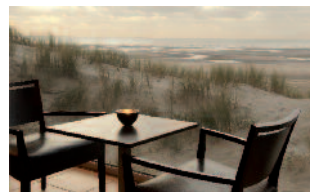
### Pause thalasso - 139€

- 4 soins de thalassothérapie sur une demi-journée :
- 1 modelage ou 1 enveloppement d'algues, au choix,
  - 2 soins d'hydrothérapie au choix parmi : bain hydromassant, douche sous-marine, douche à jet, hydrojet, douche à effusion, bain bouillonnant,
  - 1 soin de remise en forme en bassin : jet sous-marin ou aquagym.

### Journée plaisir & équilibre - 169€

- 4 soins individuels de thalassothérapie (douche à jet, enveloppement d'algues, bain hydromassant, modelage de 30 minutes),
- 1 déjeuner Équilibre au restaurant diététique (menu du jour, eau minérale - 50 cl).

Ces escales marines se réservent à l'Institut de thalassothérapie.



# LE VISAGE

## LE VISAGE PAR AQUASCIENCE



**60 minutes - 70€ • 30 minutes - 45€**

### **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.

Ces soins se réservent à l'Espace Beauté.

### **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...



## LE VISAGE PAR DECLÉOR DECLÉOR PARIS

1 heure 15 - 85 €

### Soin aroma essentiel personnalisé - 1 heure 15

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



## LE VISAGE PAR CARITA CARITA PARIS

1 heure 45 - 120 € • 1 heure 30 - 110 € • 45 minutes - 75 €

### Suprême lift fermeté - 1 heure 45

Traitement pour les peaux déshydratées et matures. Soin complet du visage réparateur, hydratation en profondeur associé à une feuille de collagène imbibée d'un sérum anti-âge pour redonner un effet lissant immédiat.

### Suprême hydratation des lagons - 1 heure 30

Bain de fraîcheur ressourçant pour les peaux déshydratées et fatiguées. Grâce aux actifs hautement hydratants et à l'Idéal Pro Lift, ce soin détend les traits et revitalise la peau qui retrouve son aspect rebondi. Le teint est lumineux.

### Suprême douceur de coton - 1 heure 30

Destiné aux peaux les plus sensibles, ce soin apaise et câline la peau : actifs calmants et modelage drainant en douceur avec le Rénovateur et l'Idéal Pro Lift. Le teint est parfaitement uniforme, la peau est apaisée et retrouve souplesse et confort.

### Éclat masque repulpant - 45 minutes

Soin express ultra-concentré pour une mise en beauté immédiate. Masque lissant repulpant pour un teint éclatant et une peau visiblement plus tonique.

# LE CORPS

## LE CORPS PAR AQUASCIENCE



**60 minutes - 85€ • 30 minutes - 45€**

### **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 aux sels marins de l'Atlantique pour un gommage tonique qui redonne 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.

Ces soins se réservent à l'Espace Beauté.



## LE CORPS PAR DECLÉOR

DECLÉOR  
PARIS

**60 minutes - 90€**

### **Soin maman naturellement - 60 minutes**

Destiné aux futures\* et jeunes mamans, ce soin aide à lutter contre les vergetures et la sécheresse de la peau. Rituel enveloppant aux huiles essentielles d'immortelle, de rose et de camomille : exfoliation, masque et modelage pour assouplir, corriger et tonifier la peau.

\* À partir de 4 mois de grossesse



# LA MISE EN BEAUTÉ



## BEAUTÉ DES MAINS ET DES PIEDS

### Beauté des mains ou des pieds - 60 minutes - 55€

Soin complet des mains ou des pieds, avec gommage et masque hydratant.

### Manucure - 45 minutes - 40€

La manucure n'inclut pas la pose de vernis.

### Pédicure-podologie - 30 minutes - 35€

Pédicure par une professionnelle spécialisée dans le soin médical des pieds. Traitement de toutes les imperfections des ongles et des talons (rugosités, cors,...).

## ÉPILATIONS

Forfait demi-jambes/maillot/aisselles	45€		
Jambes complètes	35€	Demi-jambes	25€
Maillot ou aisselles	15€	Sourcils, lèvres ou menton	15€

## BRONZAGE UVA

### 10 séances - 85€ • 3 séances - 40€ • 1 séance - 15€

Selon la législation française.

Ces soins se réservent à l'Espace Beauté.

# LA BEAUTÉ DES CHEVEUX

## SOINS

### Les rituels René Furterer - de 35 à 45€



Ces rituels, formulés à base d'huiles essentielles et d'extraits de plantes, sont ciblés pour répondre spécifiquement aux besoins de vos cheveux grâce à un diagnostic du cheveu personnalisé en fonction de vos besoins : **rituel hydratant, nourrissant, oxygénant, énergisant, relaxant ou éclatant.**

Le diagnostic est réalisé avec un appareil dernière génération, le capilliscope, qui permet d'analyser la santé des cheveux.

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

### La couleur par Revlon

Mèches	45€
Couleur (émulsion colorante)	35€
Supplément cheveux longs	10€

## COIFFAGE

### Femmes

Shampooing traitant-coupe-fixateur-brushing	50€
Shampooing traitant-coupe-conditionneur	35€
Shampooing traitant-fixateur-brushing ou mise en plis	30€
Supplément cheveux longs	10€

### Hommes

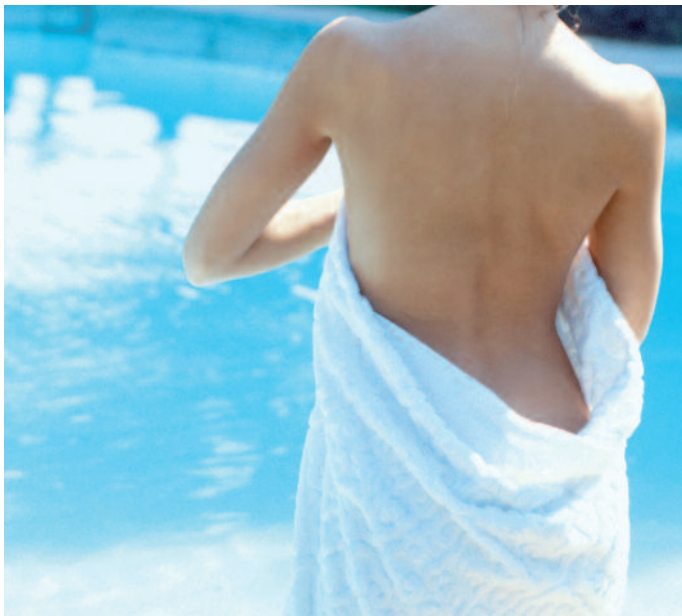
Shampooing traitant-coupe-séchage	25€
Shampooing traitant-coupe	20€

### Enfants

Shampooing traitant-coupe-séchage	20€
-----------------------------------	-----



# L'EXPERTISE MINCEUR



## **Modelage minceur - 30 minutes - 60 €**

Technique associant pétrissages et pressions pour remodeler la silhouette et améliorer l'aspect de la peau.

## **Consultation diététique - 45 minutes - 50 €**

Pour perdre du poids ou tout simplement retrouver l'équilibre alimentaire, rendez-vous avec la diététicienne pour un bilan et des conseils personnalisés. Test d'impédancemétrie inclus pour connaître la masse grasse, la masse musculaire et la rétention d'eau.

## **Douche sous-marine silhouette - 20 minutes - 45 €**

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

## **Douche à jet silhouette - 15 minutes - 35 €**

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

Ces soins se réservent à l'accueil de l'Institut de thalassothérapie.

**Rituel minceur iodé - 1 heure 15 - 85€**

Peeling corporel marin et enveloppement marin amincissant aux algues fucus, suivi d'une hydratation du corps pour apporter la touche finale à votre beauté.

**Forfait 3 séances pour une efficacité optimale - 180€**

- 1 rituel minceur iodé (1 h15),
- 2 enveloppements amincissants (45 min).

**Cellu M6® - 40 minutes - 55€****10 séances - 460€ • 3 séances - 150€**

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

Le collant - 15€

Ces soins se réservent à l'Espace Beauté.

**LA MINCEUR PAR AQUASCIENCE**

**60 minutes - 85€ - Programme de 3 séances 240€**

**Essentiel silhouette par Aquascience - 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.



# L'EXPÉRIENCE MARINE

## LES ENVELOPPEMENTS

### Enveloppement d'algues chaudes - 30 minutes - 50€

Application d'une crème d'algues chaudes sur l'ensemble du corps puis enveloppement dans un cocon chaud, pour se détendre et pour favoriser l'absorption des sels minéraux et oligo-éléments concentrés dans les algues.

Au choix selon les bienfaits recherchés :

#### - Revitalisant aux algues laminaires

Idéal pour ressourcer et reminéraliser l'organisme, décontracter les muscles et protéger la peau.

#### - Amincissant aux algues fucus

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

### Enveloppement jambes légères - 30 minutes - 45€

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

## LES TONIQUES

### Soins en petit groupe - 30 minutes - 35€

#### Jets sous-marins

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

#### Aquatraining

Gym aux multiples accessoires en piscine d'eau de mer chauffée pour tonifier le corps et affiner la silhouette. Idéal pour se maintenir en forme.

#### Aquagym

Cours de gymnastique dans une piscine d'eau de mer chauffée. Tous niveaux.



## LES ESSENTIELS

**35 €** sauf douche sous-marine - **45 €**

### **Douche sous-marine - 20 minutes**

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

### **Douche à affusion - 30 minutes**

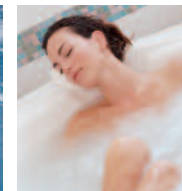
Pluie fine d'eau de mer chaude sur tout le corps pour une relaxation intense. Le corps est ressourcé et rechargé en oligo-éléments.

### **Pressothérapie - 30 minutes**

Soin 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.

### **Bain hydromassant - 25 minutes**

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**

Allongé sur un matelas d'eau chaude, le corps est massé de la tête aux pieds par un programme de jets. Stress évacué et détente assurée. Effet de flottaison qui renforce le bien-être.

### **Douche à jet - 15 minutes**

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

Ces soins se réservent à l'accueil de l'Institut de thalassothérapie, ils sont réservés à la clientèle hébergée au Novotel et à l'Ibis, ou réalisant un programme de soins.

# L'EXPÉRIENCE SPA

## L'EXPÉRIENCE HAMMAM

### Rituel du hammam - 1 heure 15 - 90€

Découverte du rituel complet du hammam bain de vapeur, gommage corporel au gant, modelage relaxant du dos.

### Hammam et gommage friction - 45 minutes - 45€

### Hammam accès seul

10 séances - 155€ • 5 séances - 95€ • 1 séance - 20€

### Hammam « rien que pour vous » - 60 minutes - 175€

Réservation du hammam de 13h à 14h pour 8-12 personnes. Idéal pour partager un moment de bien-être avec ses proches.



L'accès au hammam en gratuité est réservé aux clients en programme de soins de thalassothérapie en cours. Ces soins se réservent à l'Espace Beauté.

## LES MODELAGES ÉVASION

60 minutes - 90€ • 45 minutes - 75€ • 30 minutes - 45€

### Modelage ayurvédique - 60 minutes

Modelage traditionnel indien doux du corps avec des huiles ayurvédiques tièdes. Dissout les tensions, apporte énergie et vitalité et purifie le corps.

### Modelage aux pierres chaudes - 60 minutes

Des pierres basaltiques chaudes enduites d'essences aromatiques sont utilisées pour masser tout le corps. Expérience ressourçante pour diminuer les tensions musculaires.

### Modelage californien - 45 ou 60 minutes

Modelage par des mouvements fluides et continus. Apaise les tensions musculaires et rétablit l'équilibre nerveux. Selon vos envies : modelage du corps (45 min), modelage du corps et du visage (60 min).

### Modelage du visage - 30 minutes

Modelage du visage, du cou et de la nuque. Décontracte les muscles faciaux et chasse les tensions pour une profonde relaxation.

### Drainage esthétique du visage - 30 minutes

Drainage esthétique manuel du visage et du cou.

## LES CLASSIQUES

**30 minutes - 55€ • 45 minutes - 75€ • 60 minutes - 110€**  
**1 heure 30 - 150€**

### **Modelage détente - 30 minutes**

Modelage relaxant du dos et de l'arrière des jambes. Idéal pour favoriser la relaxation et le relâchement musculaire.

### **Modelage harmonisant - 30 minutes**

Modelage doux et fluide couvrant le dos et l'arrière des jambes. Soins réalisés par un sophrologue pour favoriser une relaxation intense.



### **Massage thérapeutique - 45 minutes • 3 séances - 210€**

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.

### **Réflexologie plantaire - 45 minutes**

Massage et stimulation réalisés par un masseur-kinésithérapeute avec des pressions sur les 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 lymphatique du corps - 60 minutes**

Massage doux par pressions légères, réalisé par un masseur-kinésithérapeute pour favoriser la circulation de la lymphe et éliminer les toxines.

### **Drainage lymphatique corps et visage - 1 heure 30**

Ces soins se réservent à l'accueil de l'Institut de thalassothérapie.

# L'ÉQUILIBRE ET FORME

## LES ACTIVITÉS PHYSIQUES

**30 ou 60 minutes - 15€**

Sauf coaching sportif individuel - **50€** et rééducation en piscine - **45€**

### Coaching sportif individuel - 60 minutes

Notre coach vous propose de faire travailler votre corps avec un accompagnement sur-mesure lors de séances individuelles. Il établit avec vous un programme personnalisé adapté à vos besoins et à vos objectifs. Il est à votre écoute pour vous guider, vous soutenir et vous faire progresser dans les meilleures conditions et selon vos attentes.

### Rééducation en piscine - 30 minutes

Exercices de rééducation 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. Idéal pour une rééducation des muscles et des articulations en douceur.

### Pilates - 30 minutes

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

### Abdos-fessiers - 30 minutes

Pour tonifier les abdominaux, gagner en fermeté et sculpter la silhouette, une variété d'exercices ciblés pour renforcer ces zones.

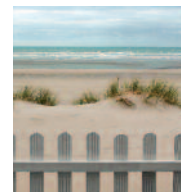
### Stretching - 30 minutes

Gymnastique douce et étirements pour assouplir le corps, relâcher les tensions musculaires et se détendre.

### Découverte du Touquet à Vélo - 60 minutes

Balade à vélo pour découvrir Le Touquet, son histoire et ses villas.

Ces soins se réservent à l'accueil de l'Institut de thalassothérapie.



## LE LÂCHER PRISE

60 minutes - 65€ • 45 minutes - 70€ • 30 minutes - 40€

### Sophrologie - 60 minutes

Séance de relaxation individuelle 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 ».

### Soin d'ostéopathie - 45 minutes

Séance avec bilan fonctionnel de l'organisme et techniques manuelles de réajustement et de rééquilibre de l'ensemble de corps.

### Relaxation en piscine - 30 minutes

Séance de relaxation dirigée pour retrouver la sérénité. Le corps se relâche doucement, porté par l'eau et la voix apaisante du thérapeute.

### Respiration dirigée - 30 minutes

Séance de relaxation et d'exercices de respiration guidés pour lâcher prise et ressentir un réel bien-être.

Ces soins se réservent à l'accueil de l'Institut de thalassothérapie.

## LES BILANS ÉQUILIBRE

### Consultation diététique - 45 minutes - 50€

Pour perdre du poids ou tout simplement retrouver votre équilibre alimentaire, rendez-vous avec la diététicienne pour un bilan et des conseils personnalisés. Test d'impédancemétrie inclus pour connaître la masse grasse, la masse musculaire et la rétention d'eau.

### Consultation médicale - 15 minutes - 30€

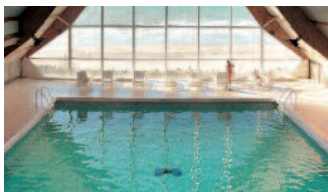
Notre médecin vous propose un bilan général et des conseils pour optimiser votre capital santé.



## LES ABONNEMENTS

### Carte Privilège - 1 an - 1 500€

Accès illimité à notre piscine d'eau de mer chauffée, au hammam, et à la salle de fitness. Pour tout renseignement et information complémentaire, nous consulter.



# LA CARTE CAD'EAU

*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](http://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](http://WWW.THALASSA.COM)

**Tous les soins se conjuguent au masculin comme au féminin.**

**Durée des soins.** La durée comprend votre accueil, votre temps de soins ainsi que votre temps d'installation. Pour une séance de 30 min, 60 min, 1 heure 30, les durées effectives de soins sont respectivement de 25 min, 50 min et de 1 heure 20.

**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.

**Moyens de paiement acceptés :** CB, American Express, Eurocard / Mastercard, Carte Cad'eau Thalassa sea & spa, chèques vacances.

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

**Disponibilité des soins.** Les soins esthétiques se réservent à l'Espace beauté et les soins de thalasso thérapie à l'accueil de l'Institut. Les soins de thalasso thérapie sont réservés à la clientèle hébergée au Novotel et à l'Ibis, ou en programme de soins. Très exigeants sur la formation et l'expertise de nos collaborateurs pour la réalisation des soins et des activités, nous ne sommes pas en mesure de vous en garantir la disponibilité sept jours sur sept, d'autres soins pourront alors vous être proposés.

**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 ou d'annuler le soin. Nos forfaits comprennent le prêt du peignoir et des serviettes de bain. L'accès à la piscine est réservé uniquement aux clients hébergés et en programme de soins.

**Accès aux soins et à l'Institut.** Pour accéder à l'Institut, le port de sandales est obligatoire. Pour accéder à l'Espace Forme, une tenue et des chaussures de sport sont indispensables. Nos soins de thalasso thérapie 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.

**Les modelages** sont des massages non thérapeutiques effectués par un personnel formé aux techniques de beauté.

## **Pour toute information et réservation**

L'Espace Beauté vous accueille du lundi au samedi de 9h à 13h, de 14h à 18h30 et le dimanche de 9h à 13h. Contactez-nous au 03 21 09 86 08 ou de votre chambre au 8608. L'Institut de thalasso thérapie est ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h30, de 14h à 18h et le dimanche de 9h à 12h30. Contactez-nous au 03 21 09 85 30.

## LES ESCALES

Les escales beauté	Durée	Tarif
Escale beauté	3h	215€
Escale oxygène	2h30	185€
Escale plage	2h15	150€
Escale spa	1h30	120€
Escale vitalité	1h15	85€
	3 séances	180€

Les escales marines	Durée	Tarif
Pause thalasso	4 soins	139€
Journée plaisir & équilibre, repas compris	4 soins	169€

Le corps	Durée	Tarif
<b>Par Aquascience</b>		
Bulle d'oxygène	60 min	85€
Bien-être du dos	60 min	85€
Hydratation velours	60 min	85€
Essentiel silhouette	60 min	85€
Idéal fermeté	60 min	85€
Gommage douceur	30 min	45€
Gommage énergisant	30 min	45€
Gommage fraîcheur	30 min	45€
<b>Par Decléor</b>		
Maman naturellement	60 min	90€

Bronzage UVA	Durée	Tarif
<i>Selon la législation française</i>	10 séances	85€
	3 séances	40€
	1 séance	15€

La beauté des cheveux	Tarif
<b>par Furterer</b>	
Les rituels	35 à 45€
<b>Par Revlon</b>	
Mèches	45€
Couleur	35€
Supplément cheveux longs	10€
<b>Coiffage femmes</b>	
Coupe fixateur brushing	50€
Coupe conditionneur	35€
Fixateur brushing	
ou mise en plis	30€
Supplément cheveux longs	10€
<b>Coiffage hommes</b>	
Coupe séchage	25€
Coupe	20€
<b>Coiffage enfants</b>	
Coupe séchage	20€

## L'EXPERTISE BEAUTÉ

Le visage	Durée	Tarif
<b>Par Aquascience</b>		
Source d'éclat	60 min	70€
Source de pureté	60 min	70€
Source de réconfort	60 min	70€
Source de jeunesse	60 min	70€
Souffle de vitalité	30 min	45€
<b>Par Decléor</b>		
Soin aroma personnalisé	1h15	85€
<b>Par Carita</b>		
Suprême lift fermeté	1h45	120€
Suprême hydratation	1h30	110€
Suprême douceur de coton	1h30	110€
Éclat masque repulpant	45 min	75€

## LA MISE EN BEAUTÉ

Les mains et les pieds	Durée	Tarif
Beauté des mains	60 min	55€
Beauté des pieds	60 min	55€
Manucure	45 min	40€
Pédicure-podologie	30 min	35€

Les épilations	Tarif
1/2 jambes/maillot/aisselles	45€
Jambes complètes	35€
Demi-jambes	25€
Maillot ou aisselles	15€
Sourcils, lèvres ou menton	15€

## L'EXPERTISE MINCEUR

L'expertise minceur	Durée	Tarif
Modelage minceur	30 min	60€
Consultation diététique	45 min	50€
Douche sous-marine	20 min	45€
Douche à jet silhouette	15 min	35€
Rituel minceur iodé	1h15	85€
	3 séances	180€
Cellu M6®	40 min	55€
	10 séances	460€
	3 séances	240€
Le collant		15€
<b>Par Aquascience</b>		
Essentiel silhouette	60 min	85€
	3 séances	240€

## L'EXPÉRIENCE MARINE

Les enveloppements	Durée	Tarif
Algues chaudes	30 min	50€
Jambes légères	30 min	45€
Les toniques	Durée	Tarif
Jets sous-marins	30 min	35€
Aquatraining	30 min	35€
Aquagym	30 min	35€

Les essentiels	Durée	Tarif
Douche sous-marine	20 min	45€
Douche à affusion	30 min	35€
Pressothérapie	30 min	35€
Bain hydromassant	25 min	35€
Hydrojet	20 min	35€
Douche à jet	15 min	35€

## L'EXPÉRIENCE SPA

L'expérience hammam	Durée	Tarif
Rituel du hammam	1h15	90€
Hammam et gommage	45 min	45€
Accès seul	10 séances	155€
	5 séances	95€
	1 séance	20€
Rien que pour vous	60 min	175€

Les modelages évason	Durée	Tarif
Ayurvédique	60 min	90€
Pierres chaudes	60 min	90€
Californien	60 min	90€
	45 min	75€
Modelage du visage	30 min	45€
Drainage du visage	30 min	45€

Les classiques	Durée	Tarif
Modelage détente	30 min	55€
Modelage harmonisant	30 min	55€
Massage thérapeutique	45 min	75€
	3 séances	210€
Réflexologie plantaire	45 min	75€
Drainage du corps	60 min	110€
Drainage du corps et visage	1 heure 30	150€

## L'ÉQUILIBRE ET FORME

Les activités physiques	Durée	Tarif
Coaching sportif individuel	60 min	50€
Rééducation en piscine	30 min	45€
Pilates	30 min	15€
Abdos-fessiers	30 min	15€
Stretching	30 min	15€
Découverte à vélo	60 min	15€

Le lâcher prise	Durée	Tarif
Sophrologie	60 min	65€
Ostéopathie	45 min	70€
Relaxation en piscine	30 min	40€
Respiration dirigée	30 min	40€

Les bilans équilibre	Durée	Tarif
Consultation diététique	45 min	50€
Consultation médicale	15 min	30€

Les abonnements	Durée	Tarif
Carte privilège	1 an	1500€



**THALASSA LE TOUQUET  
INSTITUT DE THALASSOTHERAPIE  
NOVOTEL THALASSA  
IBIS THALASSA**

Tél. Institut de thalassothérapie +33 (0)3 21 09 85 30  
Tél. Espace Beauté +33 (0)3 21 09 86 08  
E-mail : h0449-sb@accor.com  
Av Louison Bobet - BP 214  
62520 Le Touquet Paris-Plage

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)