



Thalassa

SEA & SPA

SPA & BEAUTÉ

COLLECTION DE SOINS

GOLFE D'AJACCIO

Sommaire



Clés du mieux-être	04	24	Sport & coaching
Soins Spa visage	08	27	Essentiels de thalasso
Soins Spa corps	15	28	Mes envies de...
Soins minceur	18	29	Mise en beauté
Modelages	20	30	Informations pratiques



THALASSO, SPA & BEAUTÉ : +33 (0)4 95 29 40 50

Le Bien-Être a trouvé son écrin Corse.
Notre institut vous invite à un voyage sensoriel entre mer et maquis.
À travers ses soins, la méditerranée est célébrée, la montagne corse, réinventée.
Offrez-vous du temps et laissez nos experts prendre soin de vous !
Une parenthèse de sérénité personnalisée.

Les clés du mieux-être



Tout est connecté. Le corps et l'esprit. La beauté, la santé et le bien-être à 360° !

Nos experts vous proposent des solutions simples et concrètes pour vous amener vers le mieux-être au quotidien.

Récupération



LA RESPIROLOGIE

Maîtriser son souffle pour cultiver l'équilibre et la vitalité. Une promesse de nos séances exclusives de Respirologie basées sur la méthode Vital'Respir™. Les quatre éléments entrent en synergie pour prendre soin de vous.

Bulle d'air - En bassin marin ⌚ 20 min / 30 €

Terre mer - En salle ⌚ 40 min / 30 €

Énergie - lodée en extérieur ⌚ 50 min / 30 €

NOUVEAU

LA MICRO SIESTE ⌚ 25 min / 25 €

En salle ou en extérieur, des exercices de respiration, d'automassage et d'apprentissage de la micro sieste permettent de dissiper la fatigue et de récupérer son énergie en quelques minutes.

Énergie



DIAGNOSTIC UPULSE HEALTH ⌚ 50 min / 69 €

Le bilan uPulse permet d'obtenir une cartographie précise de ses capacités physiques et de son niveau d'énergie nerveuse par la réalisation de tests issus de la recherche en sciences médico-sportives, et de personnaliser précisément votre programme d'activités sportives





Détox



CONSULTATION DIÉTÉTIQUE ⌚ 30 min / 45€

Séance avec impédancemétrie

OLIGOSCAN

Une technologie innovante qui évalue vos besoins en minéraux, oligo-éléments et votre niveau de stress oxydatif de façon rapide et non-invasive au niveau intratissulaire, afin de corriger vos carences.

OligoScan Wellness 15 €*

OligoScan santé 30 €*

Sérénité



MODELAGE RÉGÉNÉRANT BY THALASSA SEA & SPA ⌚ 50 min / 115€

Des gestes inspirés de la fasciathérapie apportent détente profonde et énergie et procurent un intense sentiment d'unité.

Éclat



DIAGZONE 20€

Diagnostic visage de haute technologie, professionnel et instantané pour personnaliser vos programmes de soins et votre routine de beauté en parfaite adéquation avec votre besoin.

* Tarif en supplément d'une consultation diététique.

Les soins Spa visage

EXCLUSIF

Par Hydropeptide

HydroPeptide a révolutionné les soins de la peau grâce à la puissance des peptides – messagers moléculaires – et utilise les principes de l'épigénétique qui encouragent la production d'effets bénéfiques pour la peau, tels que la production de collagène ou le renouvellement cellulaire, ainsi que la diminution de réactions indésirables comme l'hyperpigmentation ou la sensibilité. Ses formules innovantes ont un impact sur la santé cellulaire et aident à préserver la jeunesse de la peau en agissant de l'intérieur.

SOIN SIGNATURE TO CORSICA ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Puissant anti-âge. Une infusion de peptides réparateurs et liftants offre à la peau une apparence ferme et jeune. Rides et ridules n'ont plus aucune chance !

SOIN POLYPEPTIDE COLLAGEL+ ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Régénération intense. Une exfoliation puissante combinée au masque PolyPeptide Collagel+ permet à la peau de défier le temps.

SOIN RESURFACING INTÉGRAL ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Anti-fatigue. Des cellules souches botaniques protègent des agressions externes, tandis que des peptides stimulent le rajeunissement et la vitalité de la peau.

SOIN BRIGHTENING ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Sublime éclat. Des éclaircissants naturels, une dose puissante d'antioxydants et des peptides relancent l'uniformité du teint et diminuent les imperfections.



SOIN PUR CONTROL ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Purifiant. Ce puissant booster de la peau à problème associe des enzymes de potiron et des peptides qui améliorent le renouvellement cellulaire, avec un complexe antioxydant et anti-irritant.

SOIN ANTI ÂGE 4 SAISONS ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Une réponse professionnelle aux exigences de la peau au fil des saisons.

- **Printemps** : éclats d'argiles et de pommes-papaye
- **Été** : limonade de myrtilles rafraichissante
- **Automne** : revitalisation aux potirons
- **Hiver** : protection à la grenade

SOIN RÉGÉNÉRANT FOR MEN ⌚ 50 min / 115€ - ⌚ 80 min / 155€

Ce soin purifie, hydrate, nourrit et protège la peau avec une combinaison de peptides, de cellules souches de pommes, d'enzymes de fruits et d'antioxydants.

SOIN EXPRESS ANTI-STRESS ⌚ 20 min / 70€

Une infusion de peptides et de cellules souches botaniques activent le renouvellement cellulaire, fournit des nutriments riches, et équilibre la peau.

Par LPG

Véritable fitness de la peau, l'endermologie® visage réveille la synthèse naturelle des substances essentielles de jeunesse.

SÉANCE ENDERMOLIFT® ⌚ 15 min / 50€ - ⌚ 20 min / 55€ - ⌚ 30 min / 75€

5 séances 15 min / 230€ - 5 séances 20 min / 250€ - 5 séances 30 min / 298€
Comblent les rides, clarifient le teint, raffermir la peau, déstocker ou tout simplement pour votre bien-être, des séances personnalisées pour tous vos besoins.

- Endermolift éclat 15 min
- Endermolift détox 20 min
- Endermolift anti-âge, fermeté ou affinant 30 min

Par Corsica Pam

Des protocoles de soins développés en exclusivité pour Thalassa Golfe d'Ajaccio, comme une invitation à la découverte des senteurs de l'île de beauté.

SOIN LIFTANT AUX HUILES ESSENTIELLES BIOLOGIQUES CORSES ⌚ 50 min / 110€

Pour une peau lisse et lumineuse.

MODELAGE AROMALIFT ⌚ 25 min / 70 €

Soin liftant pour une peau Tonifiée et raffermie.

Par Thalassa sea & skin*



Des soins signatures élaborés exclusivement pour Thalassa sea & spa alliant gestuelles performantes et cosmétiques riches en actifs marins. Les algues et les oligo-éléments marins, aux bénéfices reconnus, apportent fermeté, hydratation et vitalité à votre peau.

SOURCE D'ÉCLAT ET DE JEUNESSE ⌚ 50 min / 110 €

Le réveil d'une peau lissée et d'un visage rayonnant.

SOURCE D'HYDRATATION CALMANTE ⌚ 50 min / 110 €

La plénitude d'une peau ressourcée et protégée.

SOURCE DE PURETÉ ⌚ 50 min / 110 €

Une peau saine et un grain de peau affiné.

SOUFFLE D'ÉTERNITÉ ⌚ 25 min / 70 €

Puissant repulpant et anti-oxydant.

SOUFFLE DE FRAÎCHEUR ⌚ 25 min / 70 €

De l'éclat en un tour de mains expertes.



* La gamme Thalassa sea & skin remplacera la gamme Aquascience à partir du printemps 2019



Les soins Spa corps

Par Thalassa sea & skin*



GOMMAGES AUX SELS MARINS ⌚ 25 min / 70 €

Douceur ou énergie. Quel que soit votre choix, il laisse la peau douce comme de la soie.

GOMMAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min / 65 €

Préparer la peau sous une fine pluie d'eau de mer, un peu de sel et d'eau.

HYDRATATION VELOURS ⌚ 50 min / 110 €

Le corps est dorloté et enveloppé dans un cocon de douceur.

BIEN-ÊTRE DU DOS ⌚ 50 min / 110 €

Le bonheur des dos sous tension.

* La gamme Thalassa sea & skin remplacera la gamme Aquascience à partir du printemps 2019

NOUVEAU & EXCLUSIF

Par Hydropeptide

DÉDICACE ANTI-AGE ⌚ Signature 50 min / 119€

Luxeux modelage pour les peaux matures, sèches, déshydratées et fatiguées. Une combinaison de peptides et d'antioxydants nourrit et lisse la peau, tandis que les gestes experts allègent les tensions.

GOMMAGE SUBLIME ⌚ 50 min / 119€

Une exfoliation personnalisée revigorante qui déjoue la gravité, pour une peau à l'aspect rafraîchi, tonique et dynamique.

SOIN SUPRÊME ⌚ 80 min / 165€

Une exfoliation sur-mesure révèle la beauté du corps et un enveloppement détoxifiant riche en peptides, stimule la fermeté. La peau du corps est nourrie, revitalisée, sculptée et tonifiée.



Les soins minceur

Par LPG®



L'innovation technologique brevetée LPG(r) en parfait respect de l'écologie de la peau au service de la beauté.

LIPOMODELAGE® ⌚ 35 min / 79€ - 20 min / 55€ - 15 min / 49€

Des séances personnalisées en fonction de votre silhouette pour lisser, drainer, tonifier et déstocker les amas disgracieux.

- Android, Gynoid, Global, Shorty, Cellu-lissant, Cellu-drainant ou Gainant fermé 35 min
- Soin Homme 35 min
- Endermo-Gainant 20 min
- Soins Zones 15 min

5 séances 35 min / 329 € - 10 séances / 630 €

5 séances 20 min / 249 € - 10 séances / 449 €

5 séances 15 min / 220 € - 10 séances / 395 €

Les soins essentiels minceur



IDÉAL SILHOUETTE ⌚ 50 min / 110€

La clé d'une silhouette aux contours redessinés.

DRAINAGE MARIN SILHOUETTE ⌚ 20 min / 57€

Modelage marin haute précision aux effets désinfiltrants.

VAGUE MARINE SILHOUETTE ⌚ 15 min / 44€

Jet massant énergisant, relaxant ou sculptant pour des effets affinants.

ENVELOPPEMENT MINCEUR AUX ALGUES ⌚ 20 min / 65€

Une crème d'algues à l'action lipolytique.



Les modelages

Les modelages énergie



MODELAGE SUÉDOIS ⌚ 50 min / 135 €

Intenses et énergisants, les gestes se concentrent sur les tensions pour les dénouer.

MODELAGE PLANTAIRE ⌚ 25 min / 70 €

Le pied aux multiples terminaisons nerveuses est le miroir du corps. En prendre soin, c'est toucher au bien-être du corps tout entier.

MODELAGE VITALITÉ ⌚ 25 min / 70 €

Manœuvres toniques et profondes sur l'arrière du corps offrant bien-être et légèreté.

Les modelages sérénité



MODELAGE CORSE « U MONTE E MARE » ⌚ 50 min / 135 €

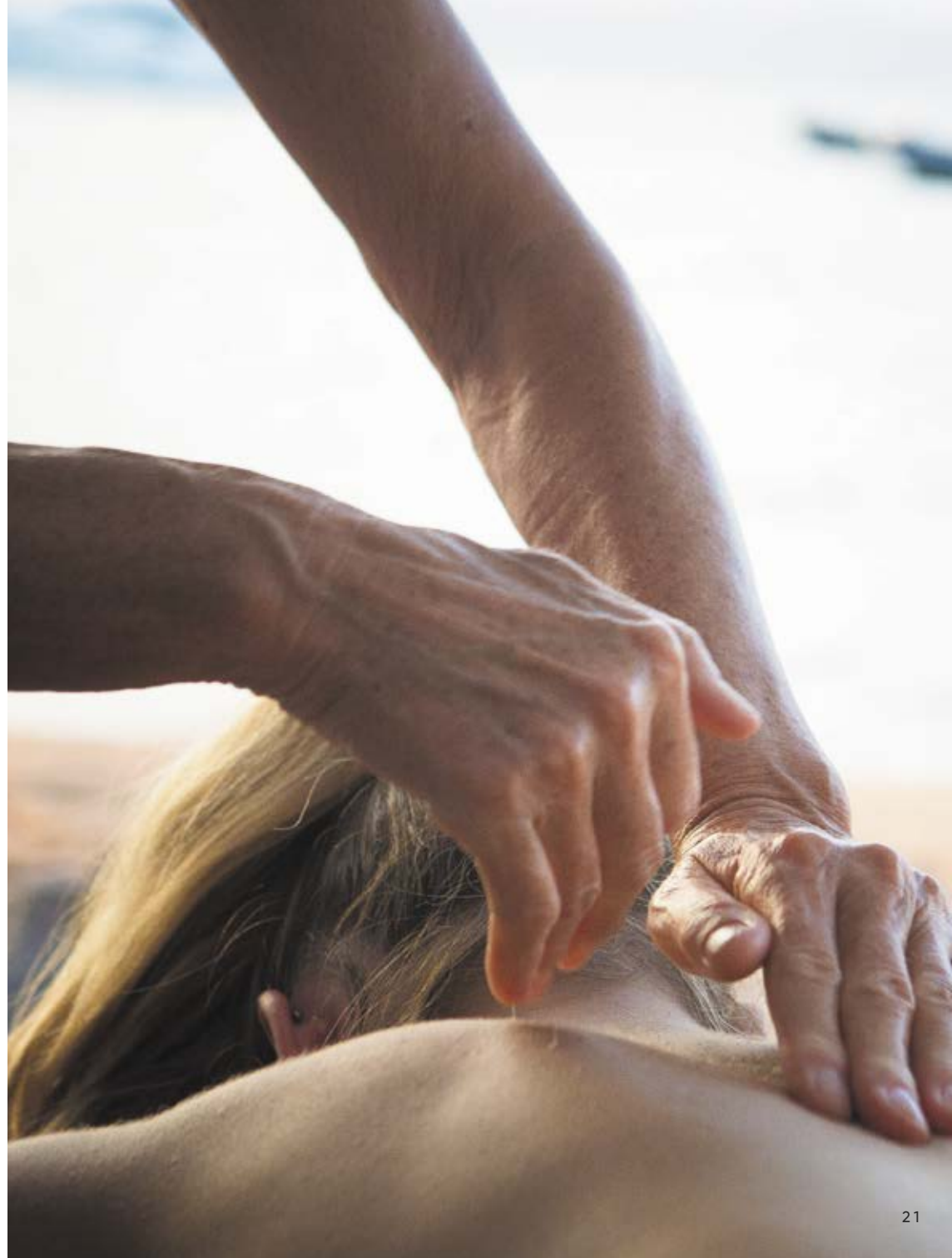
Modelage signature, véritable invitation au voyage sur l'île de beauté. Elaboré selon le principe du ying et du yang, il alterne un vigoureux modelage du dos (les montagnes) et douceur sur la partie faciale (la mer), pour un dépaysement et une détente absolue.

MODELAGE AYURVÉDIQUE ⌚ 70 min / 155 €

Profondément revitalisant et bienfaisant, un voyage au cœur de la tradition indienne.

MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES ⌚ 50 min / 135 €

Le jeu des pierres de basalte chaudes et des mains apaise et réunit le corps et l'esprit.



MODELAGE CALIFORNIEN ⌚ 50 min / 135 €

Un ballet de gestes doux et enveloppants procure un intense sentiment de plénitude.

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min / 65 €

Le velours du geste, la douce chaleur de l'eau de mer... et vous !

MODELAGE ZEN ⌚ 25 min / 70 €

Manœuvres glissées, lentes et douces sur l'ensemble du corps, favorisant le lâcher-prise.

MODELAGE ULTRA-DÉTENTE AUX HUILES ESSENTIELLES DU MAQUIS CORSE ⌚ 25 min / 70 €

Modelage ultra détente aux huiles essentielles du maquis.

MODELAGE DU CUIR CHEVELU ⌚ 25 min / 70 €

Pour une détente absolue.

MODELAGE DU VISAGE ⌚ 25 min / 70 €

Détend les muscles faciaux et chasse les tensions.

Les rituels

RITUEL DU HAMMAM ⌚ 65 min / 189 € - ⌚ 90 min / 189 €

Plaisir et éveil des sens pour un moment de pure détente.

- 1 hammam
- 1 gommage sous pluie marine
- 1 enveloppement hydratant au miel et karité
- 1 modelage aux huiles essentielles du maquis

L'ostéopathie



EXCLUSIF

AQUA-OSTÉO ⌚ 30 min / 89 €

Le travail en apesanteur dans un bassin d'eau de mer chauffée et en trois dimensions permet de cibler le diagnostic et d'agir sur les douleurs chroniques.

SÉANCE « MER » 2 soins / 135 €

Une séance Aqua-ostéo de 30 min et 1 soin de thalasso parmi : vague marine,, bain hydromassant, hydrojet.

SÉANCE D'OSTÉOPATHIE ⌚ 25 min / 80 € - ⌚ 50 min / 150 €

Méthode thérapeutique manuelle qui vise à redonner de la mobilité aux différentes zones du corps.

SÉANCE « TERRE » 2 soins / 125 €

1 séance d'ostéopathie sur table de 25 min et 1 soin de thalasso parmi : vague marine, bain hydromassant, hydrojet.

SÉANCE « TERRE MER » ⌚ 25 min / 168 €

1 séance sur table de 25 min - 1 séance Aqua-ostéo de 25 min

La réflexologie plantaire



SÉANCE DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ⌚ 25 min / 80 € - ⌚ 50 min / 150 €

Le pied est le miroir du corps. En prendre soin harmonise toutes les fonctions vitales et favorise la capacité d'auto guérison du corps.

EXCLUSIF

AQUA-RÉFLEXO ⌚ 25 min / 85 €

Le sport & le coaching

Les activités coachées



COACHING INDIVIDUEL ⌚ 30 min / 45€ - 60 min / 65€

Réaliser une performance, renouer avec le sport, progresser... attentif à vos besoins, le coach sportif personnalise la séance, selon votre rythme et votre niveau de forme.

ACTIVITÉS EN BASSIN ⌚ 25 min / 30€ - 10 séances / 240€ - 30 séances / 590€

Automassage marin, Aquagym, Aquabike.

ACTIVITÉS EN SALLE ⌚ 45 min / 25€

Pilates, Abdos fessiers, Body sculpt, Stretching, Aéro latino.

ACTIVITÉS EN EXTÉRIEUR ⌚ 45 min / 25€

Marche tonique sur la plage.

BOOT CAMP ⌚ 50 min / 45€ - 5 séances / 199€ - 10 séances / 389€

En coaching personnel ou en groupe, notre équipe de coachs personnalisent votre séance et vous permettent de dépasser vos limites tout en vous amusant.

Accès au sauna et au hammam 30 €

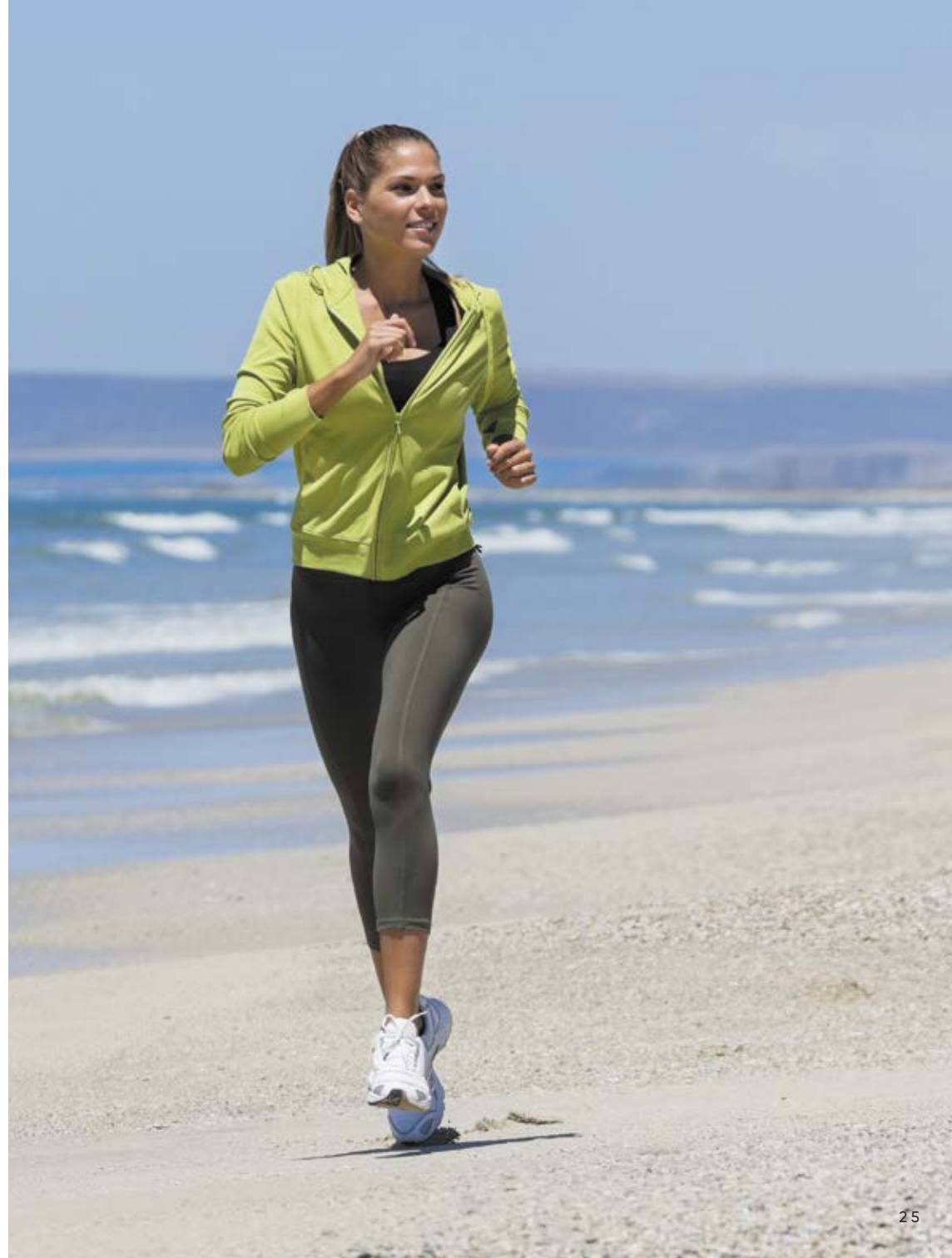
Accès au sauna, hammam, salle de sport 50 €

Les abonnements



Abonnements à la semaine, au mois, au trimestre, ou à l'année, pour profiter des espaces sportifs (salle de sport, bassins), et d'activités variées.

Nous consulter.





Les essentiels de thalasso

Les essentiels marins

BAIN DE MER HYDROMASSANT ⌚ 16 min / 44€
Des vagues de bien-être vous relaxent.

DÉTENTE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 15 min / 27€
Délicieux embruns apaisants.

DRAINAGE MARIN ⌚ 20 min / 57€
Modelage sous-marin haute précision. Et votre corps vous dit merci !

VAGUE MARINE ⌚ 15 min / 44€
Jet massant énergisant, sculptant ou relaxant spécial dos.

ENVELOPPEMENTS MARINS ⌚ 20 min / 65€
Reminéralisant aux algues laminaires, amincissant aux algues fucus, détoxifiant à la pâte d'algues thermosudation, décontractant aux boues marines, fraîcheur des jambes, hydratant. Un cocktail de vitamines et d'oligo-éléments.

Les essentiels bien-être

HYDROJET ÉVEIL DES SENS ⌚ 16 min / 44€
Matelas massant sensoriel.

PRESSOTHÉRAPIE ⌚ 20 min / 49€
Bottes anti-gravité, pour jambes légères.

Mes envies de...



... quelques heures pour faire une pause, ressentir les bienfaits des soins marins ou tout simplement prendre soin de soi, vous trouverez certainement la pause qui vous colle à la peau !

PAUSE IODÉE - 3 soins / 129 €

- 2 soins essentiels* de thalasso
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues

PAUSE IODÉE - 4 soins / 189 €

- 2 soins essentiels* de thalasso parmi
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues
- 1 modelage marin

ENTRE TERRE & MER - 3 soins / 159 €

- 1 gommage marin
- 1 soin essentiel* de thalasso
- 1 modelage zen, vitalité ou sous pluie marine

MES ENVIES DE PAUSE THALASSO - 2 soins / 75 € - 3 soins / 110 € - 4 soins / 135 €

Demi-journée et découverte de la thalassothérapie. Au choix, 2, 3, 4 soins.

- 1 activité coachée en bassin
- Selon la formule choisie, 1, 2, 3 soins essentiels* de thalasso

DÉJ & SPA - 2 soins, accès au hammam et sauna, 1 repas / 135 €

Une parenthèse bien-être à offrir ou à s'offrir.

- 1 hammam ou sauna
- 1 bain de mer hydromassant ou hydrojet
- vague marine ou pluie marine
- Un repas bien-être au restaurant "La Carte Postale" (entrée, plat, dessert)

ÎLE DE BEAUTÉ - 3 soins / 189 €

Pause dédiée à la détente et à la découverte des senteurs de l'île de beauté

- 1 modelage détente aux huiles du maquis
- 1 bain aux eaux florales
- 1 soin liftant aux huiles essentielles biologiques corses

La mise en beauté

Les soins du cheveu par Leonor Greyl



SOIN DÉCOUVERTE À LA CRÈME DE FLEURS ⌚ 25 min / 49 €

Soin réparateur pour cheveux très secs et déshydratés. Les cheveux retrouvent brillance et douceur.

SOIN DÉCOUVERTE À L'HUILE DE GERME DE BLÉ ⌚ 25 min / 49 €

Pour remettre en condition les cheveux fatigués. Les cheveux sont dynamisés et vitalisés.

SOIN CULTE À L'HUILE DE GERME DE BLÉ ⌚ 70 min / 115 €

Soin sur mesure, préparé rien que pour vous et devant vous. Pour un cuir chevelu assaini, des cheveux brillants et revitalisés.

ESCALE À PORTICCIO ⌚ 70 min / 115 €

Soin désaltérant et régénérant pour les cheveux secs et abîmés par les colorations et le soleil. Pour une chevelure splendide et légère.

SOIN CONJUGUÉ AU MASCULIN ⌚ 70 min / 115 €

Spécialement dédié aux hommes, ce soin complet favorise la repousse des cheveux.

Les soins mise en beauté



TEINTURE DES CILS ⌚ 25 min / 30 €

BEAUTÉ DES MAINS ⌚ 55 min / 60 €

ÉPILATIONS

Lèvres ou sourcils 22 €

Aisselles 29 €

Demi-jambes ou dos 42 €

Jambes complètes 59 €

Maillot normal 39 €

Maillot brésilien 48 €

Informations pratiques

Le temps de prendre son temps : Afin de bénéficier sereinement de vos soins, nous vous recommandons d'arriver à l'institut 30 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.

Réservation : Vous pouvez prendre vos rendez-vous par téléphone au 04 95 29 40 50, depuis votre chambre au poste 490 et 491 ou sur place auprès de nos hôtes, du lundi au dimanche de 8h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h. Pour confirmer votre réservation, il vous sera demandé un prépaiement de 50% de la réservation. Les tarifs sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis.

Moyens de paiement acceptés : Carte Visa, mastercard, american express, eurocard, Diner's, Chèques Vacances, Bon Cadeau Thalassa sea & spa, chèque bancaire, espèces.

Annulation / retard : Nous vous remercions de nous faire part de vos annulations au plus tard 24h avant l'heure de votre rendez-vous. En dessous de ce délai, les sommes versées seront conservées. En cas de retard nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin.

Durée des soins : La durée indiquée correspond au temps effectif du soin.

Disponibilité des soins : Les soins sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'accueil de l'institut. Pour un confort optimal, nous vous recommandons de réserver vos soins à l'avance.

Accès aux soins : Le port des sandales est indispensable pour accéder aux espaces humides. Pour accéder à l'espace Forme, tenue et chaussures de sport sont indispensables. Nos forfaits comprennent le prêt du peignoir et des serviettes de bain. Des sous-vêtements jetables sont à votre disposition dans les cabines de soins. Certains programmes de soins ou soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. En outre, une sélection de soins esthétiques peut être proposée. Pour les femmes enceintes, le certificat médical de non contre-indication aux soins de thalasso-thérapie et au hammam du médecin traitant et une décharge sont obligatoires quel que soit le nombre de jours de soins. Une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès de l'institut.

Nos soins de thalasso-thérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Seuls certains soins de thalasso, soins esthétiques, modelages ou activités physiques sont accessibles aux mineurs et nécessitent un avis médical et une décharge parentale. Ils vous seront envoyés sur demande. Merci de nous transmettre l'ensemble de ces documents dûment remplis avant votre arrivée. L'accès au sauna, hammam, jacuzzi et salle de repos est strictement interdit aux mineurs. Pour les prestations de thalasso-thérapie de moins de 4 jours, il vous sera demandé de signer une décharge médicale avant de débuter vos soins. Afin de vous prodiguer le meilleur conseil, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé, grossesse, allergies, blessures... Les modelages sont des massages à but non médical ni thérapeutique mais à visée de confort.

Infos société & légale : Document non contractuel. Pour plus de précisions, reportez-vous aux conditions générales. SARL Hôtel de Porticcio - Au capital de 1 066 200 euros - Siège social : Golfe d'Ajaccio - N° TVA FR 42 321 760 456 - RC Ajaccio 65 B 27 - Siret 321 760 456 00012 Code NAF 5510 Z. Crédits photos:Ti-ja/GettyImages, NoémieHaffner/GettyImages,@MosunoMedia/Westend61/Offset.com, JohnShepherd/GettyImages, Yuri Arcurs/GettyImages, Astronaut Images/Caia Images/GraphicObsession, Jean-Charles Gigonnet, © Cavan Images/Offset.com, © Clique Images/Offset.com, © William Kerdoncuff, Fabrice Poincelet/Onoky/Graphic Obsession, NIMA Stock/Offset.com. Photos non contractuelles - Réalisation : DH.C



Idées cadeaux

Offrez tout un monde de bien-être au sein d'une destination de thalasso-thérapie d'une beauté exceptionnelle, vos proches pourront découvrir les bienfaits durables de la mer et le plaisir du spa. Pour le montant de votre choix, ils pourront choisir leur moment de détente parmi nos différents programmes de soins, nos escales et nos soins à la carte.

Renseignements pour tout achat au +33 (0)4 95 29 40 50 ou directement à l'accueil de l'hôtel ou de l'institut.

THALASSA
GOLFE D'AJACCIO
SOFITEL

Golfe d'Ajaccio

Domaine de la Pointe
20166 Porticcio - Corse

Plus d'infos et réservation
+33 (0)4 95 29 40 50

H0587-TH2@sofitel.com



#ThalassaSeaAndSpa

Thalassa.com

Une expérience  **ACCORHOTELS**

