

# Thalassa

SEA & SPA

ma pause, mon énergie



SPA & BEAUTÉ

COLLECTION DE SOINS

LE TOUQUET

# Sommaire

---

Objectif bien-être	04	20	Modelages
Soins Spa visage	08	22	Sport
Soins haute technologie	14	27	Essentiels de thalasso
Soins Spa corps	16	30	Informations pratiques

*THALASSO, SPA & BEAUTÉ : + 33 (0)3 21 09 85 30*

Voyage en côte d'Opale.  
Tel un refuge marin, calme et clair, nos espaces ont été repensés pour vous proposer une expérience sensorielle entre mer et dunes. Lumière naturelle, teintes douces, matériaux nobles, vue époustouflante sur la longue plage et la mer, une invitation à la sérénité !  
Découvrez une nouvelle offre de soins et d'activités, une nouvelle cabine suite duo avec vue plongeante sur la mer et un spa marin réinventé.  
Offrez-vous du temps et laissez nos experts prendre soin de vous !

# Objectif bien-être

Tout est connecté.

Le corps et l'esprit. La beauté, la santé et le bien-être à 360° ! Quels que soient vos envies ou vos objectifs, nos experts vous proposent des solutions simples et concrètes pour vous amener vers le mieux-être au quotidien.



## récupération

Je veux préserver ma santé et mieux dormir.

**MICRO-SIESTE** ⌚ 25 min / 60 €\*  
Des exercices de respiration, d'automassage et d'apprentissage de la micro sieste pour dissiper la fatigue et récupérer son énergie en quelques minutes.

\*Atelier assuré à partir de 2 participants.



## détox

Je veux réguler mon poids et trouver mon équilibre.

**OLIGOSCAN** - Bilan minéral 15 €\* - OligoScan santé 50 €\*  
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 intra tissulaire, afin de corriger vos carences.

Rendez-vous équilibre ⌚ 25 min / 50 €

Rendez-vous équilibre + bilan OligoScan santé ⌚ 50 mn / 70 €

\*tarif en complément d'un rendez-vous équilibre avec un expert.



## éclat

Je veux rayonner et révéler ma beauté.

**BILAN BEAUTÉ GEMOLOGY** ⌚ 25 mn / 15 €  
Diagnostic visage de haute technologie, professionnel et instantané pour personnaliser vos soins et votre routine de beauté en parfaite adéquation avec votre besoin.

**YOGA DU VISAGE\*** ⌚ 25 min / 30 €

Méthode de gymnastique faciale pratiquée en atelier associant la mobilisation des muscles du visage et les automassages. Un mariage heureux entre esthétique et yoga, pour développer son bien-être et s'envisager avec bonne humeur.

\*Atelier assuré à partir de 2 participants



## sérénité

Je veux m'apaiser et lâcher prise.

**DO IN\*** ⌚ 25 min / 25 €

Atelier d'automassage... Le secret des pressions qui décompressent.

**SOPHROLOGIE\*** ⌚ 50 min / 45 €

Plus qu'une méthode de relaxation : un art de mieux vivre le quotidien.

\*Atelier assuré à partir de 2 participants

**MODELAGE RÉGÉNÉRANT BY THALASSA SEA & SPA** ⌚ 50 min / 98 €

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



## énergie

Je veux bouger et retrouver la forme.

### LA CRYOTHÉRAPIE

La solution rapide et efficace pour la prévention, le sport, la santé, le bien-être, ou simplement pour rester jeune et en forme !

La cryothérapie corps entier est l'application d'un froid sec et intense, jusqu'à -170°C, sur la totalité du corps à l'intérieur d'une cabine spécifique.

En 3 minutes seulement votre corps évacue stress et fatigue. Il récupère et se retrouve régénéré et soulagé. Vous repartez avec la peau tonifiée, l'organisme nettoyé et un dynamisme époustouflant !

Cryothérapie corps entier : 1 séance	50 €
3 séances	135 €
6 séances	240 €
12 séances	450 €



# Les soins Spa visage

---

## Par Thalassa Sea & Skin

Des soins exclusifs 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.

**SOUFFLE D'ÉTERNITÉ** ⌚ 25 min / 62 €  
Puissant repulpant et anti-oxydant.

**SOUFFLE DE FRAÎCHEUR** ⌚ 25 min / 62 €  
De l'éclat en un tour de mains expertes.

**SOURCE D'ÉCLAT ET DE JEUNESSE** ⌚ 50 min / 85 €  
Le réveil d'une peau lissée et d'un visage rayonnant.

**SOURCE D'HYDRATATION CALMANTE** ⌚ 50 min / 85 €  
La plénitude d'une peau ressourcée et protégée.

**SOURCE DE PURETÉ** ⌚ 50 min / 85 €  
Une peau saine et un grain de peau affiné.





## Par Gemology

Première marque de cosmétiques chic minérale, Gemology détient le secret du pouvoir des pierres et crée une famille de soins uniques ou la puissance des oligo-éléments et minéraux précieux révèle votre beauté.

**DÉCOUVERTE MINÉRALE** ⌚ 25 min / 70 €

Soin visage découverte adapté à votre type de peau.

**LES PRÉCIEUX** ⌚ 50 min / 95 €

Soins préventifs anti-âge

- Précieux malachite - peau sèche
- Précieux améthyste - peau mixte
- Précieux smithsonite - peau sensible
- Précieux masque gel diamant - peau mature

**LES ÉCRINS** ⌚ 1h05 / 115 €

Soins correcteurs anti-âge

- Écrins éclat jaspé rouge - homme & femme
- Écrins tonifiant jade - homme & femme
- Écrins perle blanche - éclat et taches

**MINÉRAL ET COLLAGÈNE** ⌚ 1h20 / 145 €

Écrins box hématite et diamant - soins jeunesse, anti-âge profond.



# Les soins haute technologie

---

## L'EXPERTISE JEUNESSE

### Le cube O2+

L'oxygène au service de la beauté, Les bienfaits de la force de l'oxygène et l'O2 Needling, pour une véritable renaissance rapide et naturelle des cellules. Les méthodes et protocoles de soins que propose le cube O2 +, assurent des prestations esthétiques haut de gamme et un subtil équilibre entre efficacité sécurité et douceur.

**OXY SIGNATURE** ⌚ 50 min / 155 €

Propulsion d'oxygène à travers les cellules pour stimuler la régénération tissulaire.

**OXY NEEDLING** ⌚ 80 min / 215 €

Soins complet stimulateur de production de collagène et d'élastine.

### Le visage par LPG

Une beauté qui nous ressemble. NATURELLE. SAIN. DURABLE. Une stratégie intelligente SANS RISQUE, SANS EFFET SECONDAIRE dans un combat sensé pour ralentir les effets inesthétiques du temps qui passe.

**ANTI-ÂGE FERMÉTÉ** ⌚ 50 min / 90 €

Soins complet du visage intégrant stimulation Cellu M6 alliance.

Clips de soin anti-âge - 15 €

**PROGRAMME 3 JOURS 3 ZONES** ⌚ 3 séances de 25 min / 150 €

Réveiller les cellules jeunesse avec Cellu M6 alliance.

## Le visage par Cryoskin

Cryoskin booste la production de collagène et apaise la peau grâce à une brumisation d'azote à  $-150^{\circ}\text{C}$  sur le visage, cou, décolleté ou cuir chevelu.

### **CRYOSKIN**

Application sur une zone ciblée ⌚ 10 min / 30 € - ⌚ 30 min / 70 €

Visage entier (+ cou et décolleté) ⌚ 25 min / 70 €

**SOIN SIGNATURE SOUFFLE GIVRÉ PRÉCIEUX BY CRYOSKIN** ⌚ 25 min / 85 €  
Défatiguant et coup d'éclat immédiat.





# Les soins Spa corps

---

Par Thalassa Sea & Skin

**GOMMAGES AUX SELS MARINS** ⌚ 20 min / 55 €

Douceur, énergie ou régénérant sous pluie marine (20 min).  
Quel que soit votre choix, il laisse la peau douce comme de la soie.

**HYDRATATION VELOURS** ⌚ 50 min / 95 €

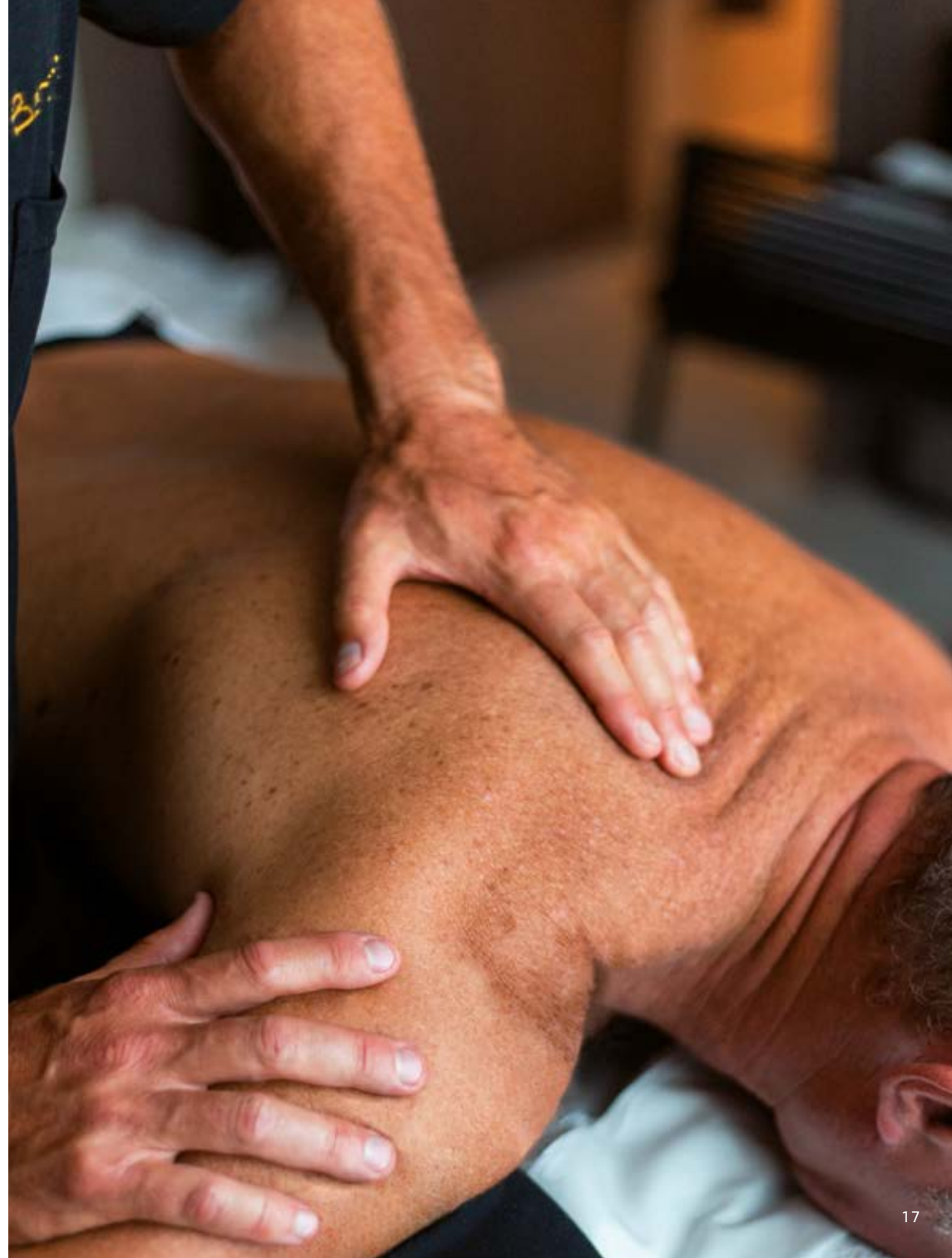
Modelage et masque chaud, le corps est dorloté et enveloppé dans un cocon de douceur.

**BIEN-ÊTRE DU DOS** ⌚ 50 min / 95 €

Gommage, modelage et masque chaud, le bonheur des dos sous tension.

**IDÉAL SILHOUETTE** ⌚ 50 min / 95 €

La clé d'une silhouette aux contours redessinés.



## Par Gemology

### **MINÉRAL GOMMAGE (BAR À GOMMAGE)** ⌚ 35 min / 87 €

Gommage aux sels de Péridot, rubis, saphir, perle de nacre, éclat de mangue, suivi d'une hydratation du corps.

### **MINÉRAL CORPS**

Soins minéralisant du volcan de Rotorua :

- Dos ⌚ 35 min / 87 €
- Corps ⌚ 50 min / 108 €

### **MINÉRAL JAMBES LÉGÈRES** ⌚ 50 min / 108 €

Soin minéral froid à la menthe.

### **MINÉRAL MINCEUR** ⌚ 50 min / 108 €

Soin amincissant feuille de thé et cacao.

## Soin signature

### **DUO ANTI-ÂGE MINÉRAL ROSE GRENAT** ⌚ 1h50 min / 147 € par personne

En cabine suite duo avec hammam et bain bulles privés.

Soin gommage aux éclats de mangue, enveloppement parfumé, hydratation diamant (1h05 min).



## Les essentiels marins silhouette

**VAGUE MARINE SCULPTANTE** ⌚ 15 min / 47 €

Libérer les zones disgracieuses.

**DRAINAGE MARIN SILHOUETTE** ⌚ 20 min / 62 €

Modelage sous-marin haute précision aux effets désinfiltrants.

**MODELAGE MINCEUR** ⌚ 25 min / 68 €

Drainant, relaxant, modelant.

## Les soins minceur par LPG®,

L'innovation technologique au service de la beauté.

Les technologies brevetées LPG® sont le fruit de recherches permanentes pour améliorer la beauté de façon naturelle, en parfait respect de l'écologie de la peau et de la physiologie du corps humain.

**LIPOMODELAGE®** ⌚ 35 min / 60 €

Séance personnalisée 3 zones

3 séances / 165 €

Collant / 15 €

**PROGRAMME HOMME EXPERT ENDERMO-RESCULPTANT** ⌚ 35 min / 60 €

3 séances / 165 €

Collant / 15 €



# Les modelages

---

## Les modelages & enveloppements marins

### **VAGUE MARINE** ⌚ 15 min / 47 €

Jet massant énergisant, sculptant ou relaxant spécial dos, et mes tensions se dissolvent.

### **DRAINAGE MARIN** ⌚ 20 min / 62 €

Modelage sous-marin haute précision. Et votre corps vous dit merci !

### **ENVELOPPEMENTS MARINS** ⌚ 20 min / 68 €

Reminéralisant aux algues laminaires, amincissant aux algues fucus, décontractant aux boues marines. Un cocktail de vitamines et d'oligo-éléments.

### **MODELAGE SOUS PLUIE MARINE** ⌚ 20 min / 70 €

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



## Les modelages énergie

### **MODELAGE VITALITÉ** ⌚ 25 min / 68 €

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

### **RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE** ⌚ 25 min / 68 €

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 AYURVÉDIQUE ABHYANGA** ⌚ 50 min / 98 €

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

### **DEEP TISSUE** ⌚ 50 min / 98 €

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



## Les modelages sérénité

**MODELAGE ZEN** ⌚ 25 min / 68 €

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

**MODELAGE KANSU** ⌚ 25 min / 68 €

Modelage de la plante des pieds à l'aide d'un bol traditionnel indien, améliorant la qualité du sommeil.

**MODELAGE PIERRES PRÉCIEUSES VISAGE GEMOLOGY** ⌚ 25 min / 75 €

Cristal de roche, jade et quartz se fondent sur votre peau en une délicieuse gestuelle équilibrante.

**MODELAGE CALIFORNIEN** ⌚ 50 min / 98 €

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

**MODELAGE POLYNÉSISIEN** ⌚ 50 min / 98 €

Des coquillages chauds invitent à un voyage sensoriel au cœur de la Polynésie.

**MODELAGE AMÉRINDIEN AUX PIERRES CHAUDES** ⌚ 50 min / 98 €

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

**MODELAGE À LA BOUGIE GEMOLOGY** ⌚ 50 min / 115 €

Voyage parfumé aux confins du calme et du bien-être.

**MODELAGE PIERRES PRÉCIEUSES CORPS GEMOLOGY** ⌚ 50 min / 115 €

Relaxation totale diffusée par les pierres précieuses chaudes.



## Les modelages & rituels en duo

Un espace privatisé pour vous détendre face à la mer avec hammam privatif et bain de mer microbulles en duo.

**MODELAGES ÉNERGIE OU SÉRÉNITÉ EN DUO** – supplément de 50 € par personne  
Choisissez le modelage qui vous convient et partagez l'expérience dans notre fabuleuse cabine suite duo.

**RITUEL PLAISIR** ⌚ 1h50 / 220 € par personne

- 1 soin du visage Thalassa sea & skin de 25 min
- 1 enveloppement hydratant de 25 min
- 1 modelage énergie ou sérénité de 25 mn
- Hammam et bain microbulles

**RITUEL PRÉCIEUX GEMOLOGY** ⌚ 1h50 / 250 € par personne

- 1 gommage corporel bar à gommage de 25 min
- 1 modelage aux pierres précieuses de 50mn
- Hammam et bain microbulles

# Le sport

---

## Les activités sportives

Une toute nouvelle offre, pour vous transporter dans une expérience sport plaisir et efficace sans jamais ressentir de mal-être. C'est le sport flow.

**ACTIVITÉS EN BASSIN D'EAU DE MER CHAUFFÉE** ⌚ 25 min / 25 €

### AQUAFIT\*

Cours de renforcement musculaire immergé, d'intensité modérée.

### AQUATRaining\*

Différents ateliers pour un renforcement musculaire complet. Intensité modérée.

### AQUABIKE\*

Cours sur vélo immergé. Energie maximale et enthousiasme débordant ! Tous niveaux.

### AQUAJUMP\*

Cours dynamique sur trampoline. Tous niveaux

### CROSS SWIM TRAINING\*

Cours dynamique mêlant renforcement musculaire et cardio dans et hors de l'eau. Se tonifier et dépenser un maximum de calories dans un esprit très détente. Niveau intense.

\*Activités en petit groupe assurées à partir de 2 participants.

**COACHING INDIVIDUEL** ⌚ 25 min / 50 € - ⌚ 50 min / 90 €

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.





# Studio SPA rien que pour vous...

---

... Je me marie ... C'est mon anniversaire... Je privatise !

**SAUNA, AUTOMASSAGE RELAXANT, BASSIN SENSORIEL**, ⌚ 2h : 80 € par personne  
dégustation de Frenette (boisson locale sans alcool détoxifiante)

## Bon cadeau et bon pour moi

**Thalassa**  
SEA & SPA

Journées thalasso, rituels  
Spa ou soins à la carte,  
offrez un moment privilégié  
à ceux que vous aimez.  
Choisissez parmi nos soins  
ou définissez un montant  
pour votre bon cadeau  
à partir de 25€.

(Bons valables 1 an)



Commander directement sur [www.bon-cadeau.thalassa.com](http://www.bon-cadeau.thalassa.com) ou au +33 (0)3 21 09 85 30

# Les essentiels de thalasso

---

Chauffée entre 34 et 36°C, l'eau de mer favorise le phénomène d'osmose permettant aux oligo-éléments et sels minéraux de pénétrer dans l'organisme et de le régénérer. Scientifiquement prouvés, les effets sont ressentis pendant et après votre visite.

## Les Essentiels marins

**PLUIE MARINE APAISANTE** ⌚ 15 min / 45 €  
Délicieux embruns apaisants.

**BAIN DE MER** ⌚ 16 min / 55 €  
Microbulles ou hydromassant, des vagues de bien-être vous relaxent.

**BAIN DE MER JAMBES LÉGÈRES** ⌚ 16 min / 55 €  
L'incontournable des jambes légères.

## Les Essentiels bien-être

**PRESSOTHÉRAPIE** ⌚ 20 min / 50 €  
Bottes anti-gravité, pour jambes légères.

**MASSAGE HYDRORELAX** ⌚ 15 min / 65 €  
Délassant matelas massant.

**SAUNA JAPONAIS DÉCONTRACTANT** ⌚ 25 min / 70 €  
Régénérer, purifier, mincir, le bien-être retrouvé.

# Informations pratiques

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

**Réservations :** Vous pouvez prendre vos rendez-vous par téléphone au 03 21 09 85 30, ou depuis votre chambre ou sur place au lobby. Préparation de 100% des soins et activités lors 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, espèces.

**Annulation / modifications / retard :** Annulation sans frais 24h à l'avance, au de la facturation de 100 % de la prestation réservée. Modification possible selon disponibilité. 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 au Lobby. 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. La salle de fitness, le hammam, le sauna et la piscine d'eau de mer chauffée ne sont accessibles qu'à la clientèle hébergée dans les hôtels Novotel et ibis. 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.

Les soins de thalasso ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. Possibilité de soins du visage esthétique, sous réserve d'un certificat médical du médecin traitant. Pour connaître la liste des soins possibles : nous consulter.

Une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès de l'institut. Nos soins de thalasso et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. L'accès au sauna, hammam et salle de repos est strictement interdit aux mineurs.

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.

Document non contractuel. Pour plus de précisions, reportez-vous aux conditions générales.

S.A.S. Thalamer au capital de 15 384 000 euros- N° TVA FR 52 303 890 602 RCS Evry 303 890 602 – Siret 303 890 602 00020 – Code NAF 9 604 Z. - Crédits photos : Photothèque AccorHotels, Thomas M.Barwick INC/GettyImages, Noémie Haffner's/GettyImages, Andres/GettyImages, Mosuno Media/Westend61/Offset\_com, Astronaut Images/Caia Images/GraphicObsession, Gemology, Olix Wirtinger/Corbis, Alix Minde/GettyImages, Jean-Charles Gigonnet & William Kergonnec, Clique Images/Offset\_com, MR12MAE/MR13MAE/GettyImages, PeopleImages/GettyImages, Grinvalds/GettyImages, Mourad-Saadi/unsplash, - Photos non contractuelles - Réalisation : D.H.C

## **THALASSA LE TOUQUET** NOVOTEL & IBIS

CS 40214 Avenue Louison Bobet  
62520 Le Touquet Paris-Plage

Plus d'infos et réservation  
+33 (0)3 21 09 85 30

[H0449-sb@accor.com](mailto:H0449-sb@accor.com)



#ThalassaSeaAndSpa

[Thalassa.com](http://Thalassa.com)

