

# LES PARENTHÈSES

2 jours et plus

## REMISE EN FORME

*L'alliance parfaite des bienfaits de la mer Méditerranée et de massages du corps.  
Personnalisez ou choisissez avec des longs massages ou des massages plus courts.*

## LA PREMIUM

*L'odyssée de vitalité par excellence !*

Votre programme, chaque jour :

- 3 soins fondamentaux de thalasso : Bain multijets, enveloppement d'algues, enveloppement de boue autochauffante, enveloppement à l'argile, hydrojet, séance douce de sauna Japonais, pressothérapie
- 1 soin premium : Massage signature de 25 min, gommage du corps 25 min, relaxing feet 40min\*

L'organisation du planning peut varier.

**À partir de 310€ avec accès Espace Marin**

## L'EXCEPTION

*L'odyssée de l'équilibre parfait !*

Votre programme, chaque jour :

- 3 soins fondamentaux de thalasso : Bain multijets, enveloppement d'algues, enveloppement de boue autochauffante, enveloppement à l'argile, hydrojet, séance douce de sauna Japonais, pressothérapie
- 1 soin d'exception : Massage Signature de 50 min, massage ayurvedique de 50 min, massage hawaïen de 50 min, massage suédois de 50 min, relaxing feet 40 min, Gommage/massage de 50 min.

**À partir de 390€ avec accès Espace Marin**

## SVELTESSE MARINE

*Laissez la mer sculpter votre bien-être !  
Affinez votre silhouette, sculptez vos formes, voici la cure qui apporte à votre corps tous les bienfaits drainant des soins marins alliés aux massages amincissants.*

### OPTION pension complète diététique hôtel

1 rendez-vous avec notre diététicienne pendant le séjour accompagné par des repas gastronomiques personnalisés et allégés.

#### Chaque jour :

- 2 soins ciblés de thalasso : Bain multijets, enveloppement aux algues amincissantes, séance intensive de sauna Japonais, pressothérapie, hydrojet.
- 1 soin minceur expert : 1 séance de madérothérapie Olfa Perbal, 1 séance de drainage lymphatique Renata Franca

**À partir de 360€ avec accès Espace Marin**

## RE PAUSE & VOUS

*L'art de la découverte du lâcher-prise !  
Des soins individuels, où la découverte des soins d'hydrothérapie et des massages vous permettront d'optimiser votre potentiel vitalité.*

#### Votre programme, chaque jour :

- 2 soins fondamentaux marins : Bain multijets, enveloppement d'algues, enveloppement de boue auto-chauffante, enveloppement à l'argile, séance douce de sauna japonais, pressothérapie, hydrojet.
- 1 massage signature de 25 min

**À partir de 250€ avec accès Espace Marin**

## LA FEMME PARFAITE

*La perfection n'est pas une destination mais un voyage !*

**À partir de 480€ avec accès Espace Marin**

### JOUR 1

- Consultation Skin Instant Lab
- Massage hawaïen
- Soin relaxing face

### JOUR 2

- Enveloppement au baume
- Gommage/Massage signature
- Soin visage Fondamental de la mer Thalgo

### JOUR 3

- Bain multijet
- Massage ayurvédique
- Soins visage hyaluronique Thalgo

### JOUR 4

- Séance intensive de sauna japonais
- Massage suédois
- Beauté des mains avec pose de vernis semi-permanent ou classique

### JOUR 5

- Enveloppement au baume
- Massage signature 50 min
- Beauté des pieds avec pose de vernis semi-permanent ou classique

### JOUR 6

- Hydrojet
- Relaxing Feet
- Soin visage Biologique Recherche Expert  
*(avec co facteur uniquement forfait 6 jours)*

# L'HOMME IDÉAL

*Expédition vers la vitalité, le voyage de la détente absolu !*

**À partir de 480€ avec accès Espace Marin**

## JOUR 1

- Séance intensive de sauna japonais et gommage du corps.
- Hydrojet
- Massage Abhyanga

## JOUR 2

- Bain multijets
- Massage Signature 80 min
- Soins Visage Homme Thalgo

## JOUR 3

- Enveloppement de boue auto-chauffante
- Massage Signature 25 min
- Face & Feet 4 mains

## JOUR 4

- Hydrojet
- Séance intensive de sauna japonais et enveloppement de Boue auto-chauffante
- Massage hawaïen

## JOUR 5

- Bain multijets
- Massage suédois
- Soins marins au masculin Thalgo

## JOUR 6

- Enveloppement à l'argile
- Massage Signature 50 min
- Séance d'ostéopathie