

## THALASSA DINARD

NOVOTEL

1 Avenue du Château Hébert  
35800 Dinard

Plus d'infos & réservation  
+ 33 (0)2 99 16 78 10

H1114@accor.com



#ThalassaSeaAndSpa

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

Une expérience  ACCOR HOTELS

Thalassa  
SEA & SPA



SPA & BEAUTÉ  
COLLECTION DE SOINS

DINARD

# Sommaire



Massages bien-être	04	20	Clés du mieux-être
Soins Spa visage	08	22	Sport
Soins Spa corps	14	27	Pauses marines
Minceur	16	30	Informations pratiques
Soins pour enfant	18		



THALASSO, SPA & BEAUTÉ : + 33 (0)2 99 16 78 10

Ouvert sur la mer,  
l'institut de thalasso & spa  
offre un équilibre parfait entre beauté,  
forme et relaxation dans une ambiance  
contemporaine, baignée de calme  
et de lumière naturelle.

# Les massages bien-être

Les massages rituels exclusifs,  
au féminin et au masculin



## **LA PAUSE DÉTOX & VOUS, PAR BIOSEL** ⌚ 50 min / 95€

Une déconnection en douceur : subtile combinaison de massages et gestuelles sur le visage et sur le corps.

## **LA PAUSE RELAX & VOUS PAR BIOSEL** ⌚ 50 min / 95€

Un profond relâchement : subtile combinaison de massages et gestuelles sur le visage, les jambes et les bras.

## **LA PAUSE ENERGIES & VOUS** ⌚ 50 min / 95€

Un cocktail de détente et de vitalité : subtile combinaison de massages et gestuelles sur le visage, le dos et le ventre.

## **LA PAUSE « 2 EN 1 »** ⌚ 50 min / 95€

Beauté et relaxation : association du soin visage « soin souffle d'éternité ou de fraîcheur » et du modelage du dos.

## **LA PAUSE « OXYGÈNE »** ⌚ 50 min + 50 mn / 150€

Adoucir et Hydrater : association du soin du visage source Aquascience et du soin du corps douceur marine.



## Les massages Sérénité



### **MASSAGE DU CUIR CHEVELU** ⌚ 25 min / 60€

Des pressions précises procurent des effets relaxants et apaisants.

### **MASSAGE DU VISAGE** ⌚ 25 min / 60€

Des manœuvres enveloppantes chassent les tensions du visage, du cou et de la nuque.

### **MASSAGE DU DOS** ⌚ 25 min / 60€

Des manœuvres profondes décontractent toutes les zones du dos : cervicales, dorsales, lombaires et sacrées.

### **MASSAGE DU CORPS** ⌚ 50 min / 95€

Le massage de l'ensemble du corps avec des huiles végétales favorise la relaxation et le relâchement musculaire.

### **KANSU - INDE** ⌚ 50 min / 90€

Massage de la plante des pieds avec un bol constitué d'un alliage de plusieurs métaux, pour un profond apaisement du mental et une amélioration de la qualité du sommeil, avec en début du soin un massage détente du contour des yeux.

### **GALETS VOLCANIQUES - AMÉRINDIEN** ⌚ 50 min / 95€

Des pierres de basalte chaudes et froides enduites d'essences aromatiques sont utilisées pour masser tout le corps, expérience ressourçante pour diminuer les tensions musculaires et le stress, apaiser le corps et l'esprit.

### **MASSAGE EN DUO, HUILE « FLEUR DE CERISIER »** ⌚ 50 min / 180€

Profonde harmonie à deux en cabine double : ce massage bien-être aromatique relaxant synchronisé, rythme vos sensations.

## Les massages Énergie



### **RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE - ASIE** ⌚ 25 min / 60€

Stimulation par pressions des zones réflexes de la voûte plantaire pour rééquilibrer le corps, éliminer les toxines et redynamiser l'organisme.

### **ABHYANGA - INDE** ⌚ 50 min / 105€

Massage traditionnel indien de l'ensemble du corps avec des huiles ayurvédiques tièdes, dissout les tensions, apporte énergie et vitalité et aide à purifier le corps pour une grande détoxification.

### **ÉNERGIE DU MONDE** ⌚ 50 min / 95€

Massage énergétique et harmonisant du corps autour d'un rituel associant shiatsu, manœuvres thaï, pressions glissées. Ce massage bien-être donne une merveilleuse sensation de profonde relaxation et fait disparaître vos tensions.

# Les soins Spa visage

## Par Skinceuticals

Le secret pour optimiser la beauté de la peau. Une gamme de soins et de produits dermo-professionnels de pointe issus de la recherche scientifique pour corriger les signes du vieillissement de la peau et aider à prévenir les dommages liés à l'âge.

### **SOIN SOFT GEL PEEL** ⌚ 25 min / 60 €

Soin anti-âge pour stimuler le renouvellement cellulaire et retrouver de l'éclat. Acide glycolique d'octobre à avril, micro polish de mai à septembre.

### **SOIN SOFT HYDRATANT À L'ACIDE HYALURONIQUE** ⌚ 25 min / 60 €

Soin pour nourrir et stimuler les peaux déshydratées ou matures.

### **SOIN CORRECTEUR ANTI-ÂGE** ⌚ 50 min / 95 €

Corrige visiblement rides et ridules grâce à une synergie inédite d'actifs hautement performants (vitamine c) et de massages ciblés.

### **SOIN RESTRUCTURANT SUPRÊME ANTI-ÂGE** ⌚ 80 min / 130 €

Défroisse et raffermi profondément la peau, atténue durablement les rides profondes par une association unique d'actifs dermatologiques hautement performants et de massages (dos, shiatsu, crânien, soin complet des mains) ; une expérience anti-âge globale.

 Cette gamme de soins est accessible pour les femmes enceintes



## Par Aquascience



Des soins élaborés exclusivement pour Thalassa sea & spa alliant gestuelles performantes et cosmétiques riches en actifs marins. L'eau de source marine, aux bénéfices reconnus des algues et oligo-éléments marins apporte fermeté, hydratation et vitalité à votre peau.

### **SOUFFLE DE FRAÎCHEUR** 25 min / 50 €

De l'éclat en un tour de mains expertes.

### **SOUFFLE D'ÉTERNITÉ** 25 min / 50 €

Puissant repulpant et anti oxydant.

### **SOURCE D'ÉCLAT ET DE JEUNESSE** 50 min / 70 €

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

### **SOURCE D'HYDRATATION CALMANTE** 50 min / 70 €

La plénitude d'une peau ressourcée et protégée.

### **SOURCE DE PURETÉ** 50 min / 70 €

Une peau saine et un grain de peau affinée.

## Par Salin de Biosel



Salin de Biosel propose des soins personnalisés sur-mesure, grâce à des principes actifs de très haute qualité, et compose des recettes cosmétiques uniques, exclusivement réalisées pour votre peau.

### **LA PAUSE ÉCLAT INTENSE** 25 min / 60 €

Idéal pour les peaux en manque de vitalité, ce soin oxygène et illumine votre visage, il est associé à un rituel unique de massages (décolleté, trapèzes, visage et cuir chevelu) et distille un instant de bien être intense.





## Les techniques exclusives anti-âge à l'acide hyaluronique

À l'aide d'un appareil d'électroporation, des actifs pénètrent votre derme. La solution idéale pour ceux et celles qui ne sont pas prêts pour des injections. Le forfait des 3 séances vous assure des résultats visibles et durables.

**MATRIPORPLUS COUP D'ÉCLAT** ⌚ 25 min / 90 € - les 3 séances / 230 €

Utilisation d'un cocktail d'actifs anti-âge à base d'acide hyaluronique pour une peau plus lumineuse.

**MATRIPORPLUS SUBLIME PEAU MATURE** ⌚ 25 min / 135 € -

forfait 3 séances / 390 €

Utilisation d'un cocktail d'actifs anti-âge très concentré en acide hyaluronique, pour gommer rides et ridules.

## Le maquillage soin Jane Iredale

Anti-âge, protecteur solaire, vous met en valeur à tout moment de la journée. Sain, facile à appliquer, il protège votre peau des agressions extérieures. Tests, ateliers maquillage, vous trouverez tous les produits de la gamme en boutique.

# Les soins spa corps

## Par Aquascience



### **GOMMAGE AUX SELS MARINS** ⌚ 25 min / 60 €

Pureté aux 3 sels ou Douceur aux huiles essentielles de Méditerranée. Quel que soit votre choix, il laisse la peau douce comme de la soie.

### **DOUCEUR MARINE** ⌚ 50 min / 90 €

Gommage et massage du corps : gommage aux sels marins pour exfolier en douceur et rendre la peau plus douce et plus soyeuse.

### **HYDRATATION VELOURS** ⌚ 50 min / 90 €

Massage du corps et masque chaud : le corps est dorloté et enveloppé dans un cocon de douceur.

### **BIEN-ÊTRE DU DOS** ⌚ 50 min / 90 €

Gommage, massage du dos et masque chaud : le bonheur des dos sous tension.





# La minceur

## Par Aquascience



### **MASSAGE MINCEUR** ⌚ 25 min / 60 €

Tonique, drainant et désinfiltrant, ce massage est localisé sur les zones cuisses, ventre et bras pour combattre la cellulite.

### **WATERMASS** ⌚ 25 min / 65 € - les 3 séances / 190 €

Soin amincissant et relaxant associant l'efficacité d'un massage palper-rouler aux bienfaits de l'eau de mer chauffée et des huiles végétales enrichies, idéal pour combattre la cellulite, le relâchement cutané et les tensions musculaires.

## Par Salin de Biosel



### **SOIN BIOSEL CONCEPT CELLULITE** ⌚ 50 min / 95 € - les 4 séances / 360 €

Pour affiner la silhouette, ce soin régénérant et amincissant active le déstockage des tissus adipeux sur le ventre, les fessiers et les cuisses. L'esthéticienne hautement spécialisée réalise un diagnostic personnalisé et adapte la technique et les produits, pour un résultat Optimum.



# Les soins pour enfants

Ces soins ne sont accessibles qu'aux clients hébergés sur place

## Les bébés

### ATELIER MASSAGE BÉBÉ ⌚ 50 min / 85 €

Vous apprenez à masser votre bébé selon la méthode Shantala. L'esthéticienne utilise un poupon pour vous permettre de reproduire simultanément les bons gestes sur votre bébé.

## Les enfants de 6 à 13 ans

### DOUCE FRIMOUSSE PAR TOOFRUIT ⌚ 25 min / 45 €

Soin visage ludique et fruité.

### MAX RELAX PAR TOOFRUIT ⌚ 25 min / 45 €

Découverte fruitée avec l'application d'une crème sur le dos, les bras et les jambes, et apprentissage de l'importance de prendre soin de son corps.

## Les ados de 14 à 17 ans

### SPA ATTITUDE ⌚ En forfait sur 6 jours / 450 €

Je veux découvrir la thalasso. 14 soins et un rendez-vous expert

### SPA ATTITUDE À LA CARTE

Quelle que soit la durée de votre séjour, vous pouvez profiter de cette liste de soins à la carte :

Soin souffle de fraîcheur (50 €) – massage du dos (60 €) – massage du cuir chevelu visage et nuque (60 €) – massage des pieds (50 €) – soin joli dos (50 €) – bain de mer hydromassant (50 €) – massage hydrorelax (50 €) – détente sous pluie marine (40 €)



# Les clés du mieux-être

## Les soins Équilibre

### ~~~~

#### **SÉANCE INDIVIDUELLE DE RELAXATION** ⌚ 50 min / 60 €

Une belle prise en charge sur un tapis pour apprendre à maîtriser sa respiration en « pleine conscience » et ressentir un réel état de bien-être.

#### **CONSULTATION FLEURS DE BACH** ⌚ 50 min / 60 €

Entretien individuel pour vous aider à rééquilibrer vos émotions ; notre conseillère diplômée créera un élixir personnalisé en choisissant parmi les 38 fleurs du docteur Bach.

#### **CRYOTHÉRAPIE** La séance 50 € - les 5 séances 225 € - les 10 séances 400 €

Le corps est exposé à un froid sec dans une cabine individuelle. Diminution de la douleur, des inflammations, amélioration du sommeil et ressentir un réel état de bien-être.

#### **SÉANCE D'OSTÉOPATHIE** ⌚ 45 min / 75 €

Séance avec un thérapeute diplômé qui agira sur vos douleurs, tensions ou blocages articulaires (réservée aux clients hébergés sur place).

## La nutrition

### ~~~~

#### **CONSULTATION DIÉTÉTIQUE** ⌚ 30 min / 50 €

Pour une prise de conscience de sa composition corporelle et des adaptations d'hygiène alimentaire à mettre en place afin de se maintenir à un poids de forme et de bonne santé.

## Le conseil en image de soi

### ~~~~

#### **SÉANCE DE COLORIMÉTRIE** ⌚ 50 min / 70 €

Etape incontournable du conseil en image pour s'assurer du port de couleurs adaptées à la carnation de la peau et au tracé du visage.



# Le sport

## Les activités en bassin d'eau de mer chaude\*



### **JETS SOUS-MARINS** ⌚ 25 min / 35€

Sous la conduite d'une hydrothérapeute, vous réalisez des mouvements simples face à des jets. Idéal pour drainer et sculpter la silhouette, pour assouplir les articulations et décontracter les muscles.

### **AQUABIKING** ⌚ 25 min / 35€

Séance animée par un coach, basée sur une alternance de rythmes de pédalages sur des vélos immergés ; idéal pour muscler les jambes et améliorer le rythme cardiaque.

### **MUSCULATION AQUATIQUE DIRIGÉE** ⌚ 25 min / 35€

Séance coachée sur des appareils immergés : vélo / rameur / stepper pour le renforcement musculaire et cardio vasculaire sans risque et sans douleur.

### **MUSCULATION AQUATIQUE LIBRE** ⌚ 25 min / 12€ - forfait 5 séances 50€

Accès aux appareils immergés (selon disponibilité des horaires).

### **AQUAGYM** ⌚ 25 min / 12€

Séance de gymnastique avec accessoires dans un bassin chauffé pour tonifier le corps. Idéal pour la reprise d'une activité physique en douceur.

### **COURS DE NATATION INDIVIDUEL** ⌚ 25 min / 30€ - forfait 5 séances 100€

Apprentissage ou perfectionnement avec un maître-nageur, pour adulte ou pour enfant. Idéal pour les personnes qui appréhendent le milieu aquatique.



## Les activités en salle\*



### **PILATES** ⌚ 25 min / 20€

Méthode douce pour améliorer la tonicité, la souplesse, la coordination et la posture ; un coach vous fait réaliser une série de postures sans mouvement brusque, pour solliciter tous les muscles et en particulier les abdominaux.

### **MÉTABOLIC CIRCUIT TRAINING EASY LINE** ⌚ 25 min / 12€ - les 5 séances 50 €

Séance coachée d'exercices sur 9 appareils qui favorisent l'entraînement cardio vasculaire, l'amélioration de la force et la consommation calorique. Entraînement idéal pour les personnes peu sportives et qui ont besoin d'une méthode rapide et efficace.

### **POWER PLATE** ⌚ 15 min / 20€ - les 5 séances 90 €

Séance coachée d'exercices sur une plate-forme vibrante pour améliorer la tonicité musculaire et affiner la silhouette.

### **COACHING SPORTIF INDIVIDUEL** ⌚ 50 min / 50€

Le coach procède à un test d'aptitude musculaire et cardiaque et élabore ensuite un programme sur mesure.

\*Les activités sportives en piscine ou en salle sont réservées aux clients hébergés sur place.

## L'espace forme marin\*



### **L'ACCÈS**

Tous les jours de **8h00 à 20h00**,  
Vendredi et samedi de **8h00 à 20h30**.  
(9h00 à 19h30 pour les clients sans hébergement et abonnés)

Piscine d'eau de mer chaude à 29°, parcours marin à 33° (groupes de jets, col de cygne, sièges à bulles d'air et bulles d'eau) hammam mixte (2 salles, tiède et chaude), Sauna mixte, salle de cardio training équipée de tapis de marche, vélos, elliptique, rameur, stepper...

### **LES ABONNEMENTS À L'ESPACE FORME MARIN**

Abonnement mensuel 165 €

Abonnement trimestriel 280 €

Abonnement semestriel 505 €

Abonnement année 2018\*\* 805 €

**Clientèle hébergée sur place :** Les enfants de moins de 16 ans doivent être accompagnés d'un adulte pour accéder à la piscine. L'accès au sauna, hammam, parcours marin, salle de cardio training, salle de repos est strictement interdit aux mineurs

**Clientèle sans hébergement :** l'accès est réservé uniquement aux curistes et clients majeurs du centre de beauté et spa pendant la ½ journée de soins

\* Pour le confort de nos clients et la fluidité d'accès aux installations, l'espace forme marin n'est pas vendu à la journée. Il est exclusivement réservé à nos clients : en soins à la carte, à la journée, à la semaine, abonnés, ou hébergés sur place.

\*\* Validité de l'abonnement annuel : du jour 1 du règlement à la date de fermeture annuelle de l'établissement, sans report d'une année sur l'autre.



# Les pauses marines

## 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.

**DRAINAGE MARIN, DRAINAGE MARIN SILHOUETTE** ⌚ 20 min / 50€  
Modelage sous-marin, haute précision aux effets désinfiltrant.

**DOUCHE À JET, DOUCHE À JET SILHOUETTE** ⌚ 10 min / 30€  
L'hydrothérapeute effectue un modelage global du corps avec un jet d'eau de mer chaude à pression variable, ce soin favorise la décontraction musculaire

**BAINS DE MER** ⌚ 16 min / 50€  
Plusieurs variantes à découvrir : bulle de mer, sérénité, relaxant ou hydromassant. Votre corps est plongé dans l'eau de mer chaude et massé par des jets ciblés, vos muscles se détendent et votre esprit s'évade....

**DÉTENTE SOUS PLUIE MARINE** ⌚ 15 min / 40€  
Apaisement des sens : vous êtes allongé sur le ventre, une fine pluie d'eau de mer balaye votre corps, cette bruite iodée à une action apaisante sur les terminaisons nerveuses.

**ENVELOPPEMENTS MARIN** ⌚ 20 MIN / 50€  
Reminéralisants aux algues laminaires ou minceur aux algues fucus pour ressourcer et reminéraliser l'organisme et pour doper la peau en sels minéraux et oligo-éléments.

**MASSAGE HYDRORELAX** ⌚ 16 MIN / 50€  
Matelas massant : dans un espace cocon, vous êtes allongé sur un matelas d'eau chaude, le corps en flottaison est massé par des jets synchronisés. Détente et évacuation du stress assurées.

\* Les « essentiels de la Thalasso » ne sont pas vendus à l'unité aux clients sans hébergement, sur place : un achat de 3 soins minimum est nécessaire et sera utilisé le même jour, avec un accès à l'espace forme inclus

## Les semaines sans hébergement

6 jours et +

### **CAPITAL SANTÉ** ⌚ 24 soins / 900€

ORIENTATION DOS OU SOUPLESSE ARTICULAIRE  
Je veux soulager mes douleurs durablement.

### **CAP MÉNOPAUSE** ⌚ 24 soins / 900€

Je veux vivre la transition en douceur.

### **JEUNE MAMAN** ⌚ 24 soins / 900€

Je veux être chouchoutée quelques jours.

### **FORME MARINE AU MASCULIN** ⌚ 24 soins / 900€

Je veux me reprendre en main.

### **MER DU SOMMEIL** ⌚ 24 soins / 900€

Je veux retrouver des nuits réparatrices.

## Les échappées sans hébergement

4 à 6 jours

### **MA BULLE THALASSA** ⌚ 4 soins par jour / 165 € par jour

Je veux un modelage chaque jour.

### **FORME & BIEN-ÊTRE** ⌚ 4 soins par jour / 115 € par jour

ORIENTATION ZEN OU VITALITÉ  
Je veux les bienfaits essentiels de la thalasso.

### **BIEN-ÊTRE À LA CARTE** ⌚ 4 soins par jour / 190€ par jour

Je veux créer mon propre programme.

NOUVEAU

### **FORMES & FORME** ⌚ 4 soins par jour / 165€ par jour

Je veux sculpter et redessiner mon corps.

## 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 !

### **MES ENVIES DÉCOUVERTE MARINE** ⌚ 1h45 / 120€

3 soins de thalasso sur une 1/2 journée : 1 bain de mer, 1 massage hydrorelax, et 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chaude.

### **MES ENVIES D'ESCAPADE MARINE** ⌚ 2h00 / 130€

4 soins de thalasso sur une 1/2 journée : 1 bain de mer, 1 massage hydrorelax, 1 douche à jet tonique ou 1 détente sous pluie marine et 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chaude.

### **MES ENVIES DE DÉTENTE MARINE** ⌚ 2h00 / 152€

4 soins individuels de thalasso : 1 bain de mer, 1 massage hydrorelax, et 1 enveloppement d'algues, 1 douche à jet tonique ou 1 détente sous pluie marine.

### **MES ENVIES DE PAUSE SEA & SPA** ⌚ 3h00 / 270€

5 soins individuels : 1 gommage du corps, 1 bain de mer, 1 détente sous pluie marine, 1 massage relaxant de 50 min, 1 soin du visage souffle de fraîcheur ou d'éternité.

### **MES ENVIES D'ESCALE « PLEINE MER »** ⌚ DEMI-JOURNÉE / 98€

2 soins individuels et 1 déjeuner au bar face à la mer, sur 3 formules au choix :

- Pleine mer « spécial dos » : 1 bain de mer + 1 modelage du dos
- Pleine mer « spécial jambes » : 1 bain de mer + 1 modelage drainant des jambes
- Pleine mer « spécial oligo-éléments » : 1 bain de mer + 1 enveloppement d'algues

# Informations pratiques

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

**Réservation des soins :** Les réservations constituent **une commande ferme, non annulable**, payable d'avance ou sur place ou portée sur la facture de la chambre. Un numéro de carte de crédit est exigé pour toute réservation par téléphone. Les tarifs TTC publiés sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis.

**Moyens de paiement acceptés :** Visa, Mastercard, American express, Eurocard.

**Disponibilité des soins :** Ils sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'accueil de l'institut, nous vous conseillons de réserver vos soins à l'avance. 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 garantir la disponibilité sept jours sur sept, d'autres soins pourront alors vous être proposés. Les clients hébergés sur place à l'hôtel sont prioritaires pour la réservation des soins à l'institut le samedi toute la journée et le dimanche matin. Les soins de la rubrique « les essentiels de la Thalasso » ne sont pas vendus à l'unité sans hébergement, achat minimum de 3 soins au choix à utiliser en une seule fois.

**Le temps de prendre son temps :** Afin de bénéficier sereinement de vos soins, nous vous recommandons d'arriver 10 min avant l'heure de votre rendez-vous. En cas de retard, nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin, sans dédommagement.

**Accès aux soins et à l'institut :** Par mesure d'hygiène et de sécurité, le port de sandales antidérapantes est obligatoire pour circuler dans l'institut et l'espace forme. Nos soins comprennent le prêt du peignoir et des serviettes de bain. Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus (sauf soins rubrique Enfants / Ados, à condition d'être hébergés sur place et contre signature d'une décharge parentale). Un certificat médical d'aptitude à suivre un programme de thalasso est obligatoire pour tous les programmes à partir de 4 jours. Certains soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes, un certificat médical de non contre-indication aux soins de thalasso et activités est obligatoire quel que soit le nombre de jours de soins. Afin de prodiguer les meilleurs conseils, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé : grossesse, allergies, blessures...

**Les massages** sont des massages de bien être non thérapeutiques effectués par des esthéticiennes diplômées.

## Accès espace forme marin :

- **Clientèle hébergée sur place :** Les enfants (- de 16 ans) doivent être accompagnés d'un adulte pour la piscine. L'accès au sauna, Hammam, Parcours, salle de cardio training, salle de repos est strictement interdit aux mineurs.
- **Clientèle sans hébergement :** accès réservé uniquement aux curistes et clients majeurs du centre de beauté et spa pendant la ½ journée de soins.
- **Abonnement espace forme marin :** les clients abonnés doivent présenter un certificat de non contre-indication aux activités sportives, hammam, de moins de 2 mois, l'achat d'un abonnement implique l'acceptation pleine et entière du règlement intérieur. Le linge n'est pas fourni.

**Information et réservation :** L'institut vous accueille tous les jours de 8h30 à 20h. Tél. : + 33 (0)2 99 16 78 27 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).



## Idées cadeaux

Offrez tout un monde de bien-être au sein d'une destination de thalassothérapie 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)2 99 16 78 27 ou directement à l'accueil de l'hôtel ou de l'institut.*