

Au Rythme de la Slow Life

OBJECTIF

Apprendre à ralentir, prendre du temps pour soi,
privilégier la qualité à la quantité

DURÉE OPTIMALE

LA DURÉE PARFAITE POUR AVOIR DES RÉSULTATS SUR LE LONG TERME

VOTRE PROGRAMME SUR 5 JOURS

Programme réalisé du lundi au vendredi
Soins répartis sur la journée

LUNDI

- 1 rendez-vous conseil en naturopathie
- 1 séance matinale de Spirologie
- 1 enveloppement aux algues vers le Nirvana
- 1 bain hydromassant Cool Attitude

MARDI

- 1 séance de Yoga
- 1 marche nordique iodée
- 1 modelage sous pluie marine

MERCREDI

- 1 séance de Marche Afghane (marche consciente « Terre & Mer »)
- 1 séance de Méthode Munz Floor® ou Shiatsu Ostéo Concept
- 1 séance de « Réapprendre à savourer »
- 1 aquasensoriel

JEUDI

- 1 séance de Fasciathérapie
- 1 séance de Yoga
- 1 drainage marin

VENDREDI

- 1 séance de gymnastique sensorielle
- 1 séance de méditation
- 1 détente sous pluie marine apaisante
- 1 soin Visage Olivier Claire (50 min)

Option « Mon suivi Thalasso à la maison »

De retour chez vous, continuez à bénéficier des conseils de vos experts rencontrés durant votre séjour, en visioconférence.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1 692 €* pour 6 nuits / 5 jours de soins
en chambre double standard côté Terre

Nos Coups de cœur



5 jours

18 soins et activités
6 nuits avec petit déjeuner

* Voir détails et conditions sur spa.accor.com.

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.