

# Mieux-Être

« Se reminéraliser, se préserver »

## OBJECTIF

Se reposer, se ressourcer  
et prendre du temps pour soi



## PROGRAMME À DURÉE OPTIMALE

LA DURÉE PARFAITE POUR AVOIR DES RÉSULTATS SUR LE LONG TERME

*Nos Coups de cœur*

### 3 modelages apaisants

- 1 modelage zen (25 min), 1 modelage vitalité (25 min),  
1 modelage sous pluie marine

### 15 soins marins reminéralisants

- 11 soins essentiels marins parmi bain de mer hydromassant, détente sous pluie marine, hydrojet musicô relax, douche à jet, pressothérapie,
- 3 enveloppements aux algues, 1 drainage marin

### 6 activités partagées

- Activités partagées en bassin ou en salle parmi : jets sous-marins, aquagym tonique ou douce, aquabike, aquapilates, Munz Floor®, gymnastique sensorielle ou gym douce santé

Ce programme est disponible sur 4 jours (16 soins) et 5 jours (20 soins)



4 à 6 jours

4 soins par jour  
6 nuits avec petit-déjeuner

#### LES FONDAMENTAUX DU PROGRAMME

6 jours d'activités – 6 nuits

#### ACCOMPAGNEMENT ET PRISE EN CHARGE SUR 6 JOURS

24 activités  
4 activités par 1/2 journée  
En alternance matin  
et après-midi  
Planning établi par  
nos experts en cohérence  
avec l'objectif du programme  
La trame ci-dessous est  
indicative et non contractuelle

#### AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1 575 €\* / personne  
en chambre double standard côté Terre pour 6 nuits

#### SANS HÉBERGEMENT

À partir de 960 €\*  
pour 6 jours / personne

\* Voir détails et conditions sur [spa.accor.com](http://spa.accor.com).

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