

A woman with dark hair is sitting in a swimming pool, looking up at a large waterfall feature. The water is cascading down over her. The pool is surrounded by a wooden deck and large windows in the background. The scene is brightly lit, suggesting a sunny day.

Thérapie Marine

« La Mer, La Vie »

OBJECTIF

Récupérer, se revitaliser,
recharger ses batteries
en faisant le plein de minéraux

PROGRAMME À DURÉE OPTIMALE

LA DURÉE PARFAITE POUR AVOIR DES RÉSULTATS SUR LE LONG TERME

Rencontre « Bilan et Conseils »

- Rendez-vous Naturopathie

Préparation de la peau à l'absorption des actifs marins

- 1 gommage sous pluie marine

Le plein de minéraux, d'oligo-éléments et de vitamines

- 3 enveloppements aux algues, 3 soins essentiels marins parmi bain de mer hydromassant et détente sous pluie marine

6 Massages profonds avec jet d'eau de mer

- 2 drainages marin, 2 douches à jet, 2 modelages sous pluie marine

L'apesanteur en bassin d'eau de mer

- 3 séances parmi jets sous-marins et aqua pilates

Les vertus de l'eau de mer alliées à l'expertise santé

- Ostéopathie aquatique (comprend une 1^{ère} séance de 50 min en salle et une 2^{nde} séance de 50 min en bassin)
- 1 aquasensoriel : mouvements doux en flottaison, guidé par un expert
- 1 bain de mer froid : soin gla gla ou ice biking

Bienfaits des activités en bord de mer

- 1 marche consciente « Terre & Mer » en séance partagée sur la plage
- 1 marche nordique iodée en séance partagée, guidée par un coach avec découverte de la magnifique Pointe du Conguel

La singularité de la cosmétique marine

- 1 soin corps Signature : « Au bonheur du dos » ou « Au bonheur de la peau » (50 min)
- 1 soin visage Algologie (50 min)

Le + du séjour :



Une boîte de 30 ampoules d'eau de mer Quinton offerte en complément de vos soins pour vous régénérer et accentuer l'apport en minéraux.

Nos Coups de cœur

DOUCHE À JET DÉTENTE



AQUASENSORIEL



MARCHE NORDIQUE



6 jours

24 soins et activités
6 nuits avec petit-déjeuner

LES FONDAMENTAUX DU PROGRAMME

Réservation au moins deux semaines avant la date d'arrivée
6 jours d'activité - 6 nuits
Du lundi au samedi

ACCOMPAGNEMENT ET PRISE EN CHARGE SUR 6 JOURS

24 activités équilibrées sur la journée
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 1 995 €* / personne
en chambre double standard côté Terre

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 1 380 €*
pour 6 jours / personne

* 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.