

4 jours

13 activités
4 nuits avec petit-déjeuner

PROGRAMME À DURÉE OPTIMALE

LA DURÉE PARFAITE POUR AVOIR DES RÉSULTATS SUR LE LONG TERME

Vitalité hivernale

Objectif : Booster son capital optimisme et se préparer au printemps

Booster mon optimisme

- 1 rendez-vous Naturopathie
- 1 séance de yoga nidra ou de méditation

Prendre soin de moi

- 1 soin visage Algologie (50 min)
- 1 modelage « Au bonheur du ventre »
- 1 modelage sous pluie marine

Me ressourcer en faisant le plein de vitamines et de minéraux

- 1 bain de mer hydromassant
- 1 détente sous pluie marine apaisante
- 2 enveloppements reminéralisants aux algues
- 1 jets sous-marins détente en séance partagée
- 1 douche à jet détente
- 1 drainage marin
- 1 hydrojet musicô relax

SOIN VISAGE ALGLOGIE



MODELAGE AU BONHEUR DU VENTRE



YOGA NIDRA



LES FONDAMENTAUX DU PROGRAMME

De Janvier à Mars 2026
De Novembre à Décembre 2026
4 jours d'activité - 4 nuits

ACCOMPAGNEMENT ET PRISE EN CHARGE SUR 4 JOURS

13 activités par demi-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 1 050 €* / personne pour 4 jours maximum en chambre double standard côté Terre

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 640 €* / personne / jour (3 jours maximum)

* 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.