

# Soins à la carte

## Soins à la carte



# Ouistreham

L'EXPÉRIENCE DU BIEN-ÊTRE

Le  
Spa  
MARIN

thalazur

Hôtel ■ Thalassothérapie & Spa

# Ouistreham

Ouistreham / Soins à la carte



**thalazur**  
Hôtel - Thalassothérapie & Spa

## Sommaire

- |  |   |
|--|---|
| 4 Le parcours marin                        | 15 Espace beauté                        |
| 5 Sauna / Hammam                           | 16 Les soins du visage                  |
| 6 Thalassothérapie, le temps d'une journée | 18 Les soins du corps                   |
| 8 Les bienfaits                            | 20 Spa capillaire et institut           |
| 9 Le Spa marin                             | 21 Abonnements Parcours marin & Fitness |
| 10 Modelages du monde                      | 23 Cosmétique marine Thalazur           |
| 12 Modelages spécifiques                   |   |
| 14 Les soins experts                       |   |

### Dates à retenir en 2015

#### « Portes ouvertes du printemps », le dimanche 15 mars

Venez découvrir différents ateliers, animations et soins ainsi que nos offres préférentielles « Journée du bien-être »

#### « Portes ouvertes d'automne », le dimanche 04 octobre

Découvrez l'univers thalasso et profitez de nombreuses réductions sur nos abonnements, soins et cures...

Idée  
cadeau  
pensez thalasso

Nous vous invitons  
à découvrir nos

Offres  
Thalazur

dans notre brochure 2015



# Thalazur

## Espace marin

Le parcours marin

Sauna hammam

La thalassothérapie

le temps d'une journée



# thalasso

## Espace marin

L'EXPÉRIENCE DU BIEN-ÊTRE



Savourez une échappée belle

### Le parcours marin

Au cœur de l'institut, deux piscines d'eau de mer chauffée à 31° vous accueillent dans une atmosphère ludique et relaxante. Aquabeds, jets sous-marins et jacuzzi agrémentent votre parcours marin. Allongé sur un transat, appréciez cet espace zen.

Vous pouvez également profiter chaque jour des cours d'aquagym et d'aqua fitness.





## Sauna / Hammam

**Le sauna, l'esprit finlandais.** Les bienfaits de la chaleur sèche : décontraction et assouplissement musculaire, soulage les courbatures. Recommandé après une activité sportive.

**Le hammam, dans la grande tradition orientale.** Les bienfaits de la chaleur humide : nettoyage de la peau en profondeur, disparition des impuretés. Recommandé avant un gommage du corps ou un soin du visage.

Pour un bain de chaleur inoubliable, purifiez-vous le corps et l'esprit avec notre programme d'aromathérapie « Brume de Hammam » et « Voile de Sauna » proposé par notre partenaire Camylle.





# Thalassothérapie, le temps d'une journée



## Infos pratiques

- Nous vous conseillons d'arriver au moins 30 min avant votre premier soin.
- Le port des sandales est obligatoire.
- Le short de bain est interdit. Eviter le port de maillot de bain en coton.
- Tenue et chaussures de sport obligatoires dans les salles de fitness.
- Certificat médical ou décharge obligatoire.
- Les repas compris sont hors boissons à choisir dans le menu Thalazur.
- Port des bijoux interdit.

## Pour votre bien-être

Chaque forfait donne accès à l'ensemble des installations (piscine, sauna, hammam, jacuzzi, salles de fitness, cours d'aquagym et de gym en salle).

Nous vous fournissons peignoir et serviette.

## Formules Tradition

1 soin individuel*	50€
2 soins individuels*	67€
3 soins individuels*	87€
4 soins <b>Vitalité marine</b> (3 soins individuels* + 1 collectif)	107€
4 soins <b>Thalazur</b> (3 soins individuels* + 1 modelage corps ou sous fine pluie d'eau de mer)	137€
<b>Journée Découverte</b> (4 soins Vitalité marine + 1 repas)	140€
<b>Journée Thalazur</b> (4 soins Thalazur + 1 repas)	170€
<b>Abonnement 5 soins individuels*</b>	199€

## Formules d'Exception

Modelage sous fine pluie d'eau de mer (25')	58€
Modelage à 4 mains sous fine pluie d'eau de mer (16')	68€
1 gommage sous fine pluie d'eau de mer (16') + 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (16')	77€
1 enveloppement à la pulpe de coco + 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs + 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (16')	102€
1 enveloppement à la pulpe de coco + 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs + 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (16') + 1 gommage aux trois sels (20')	146€

Nouveauté  
2015

## Forfait Ado « Mieux-être » (14/18 ans)

1 soin visage Oxygène marin by Thalgo (45' / voir p.16) + 1 bain hydromassant reminéralisant + 1 hydrojet	119€
---	------

\* au choix parmi les soins d'hydrothérapie

## Les soins d'hydrothérapie

### Bains, jets, douches

#### ■ Bain hydromassant reminéralisant (15')

Hydromassage par jets dans un bain d'eau de mer chauffée entre 34° et 37° et additionné de cristaux de sels marins. Ce soin reminéralisant associé à la chromothérapie vous procure une relaxation musculaire profonde.

#### ■ Douche à jet (10')

L'hydrothérapeute dirige un puissant jet d'eau de mer suivant un tracé bien défini. La pression réglable du jet améliore votre tonus musculaire et affine votre silhouette.

#### ■ Douche sous-marine (12')

Réalisée en bassin d'eau de mer chauffée, l'hydrothérapeute, draine et masse à l'aide d'un jet différentes zones de votre corps.

#### ■ Hydrojet (17')

Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, deux jets à pressions modulables massent le corps de façon régulière, localisée ou générale. 3 programmes hydrojet by Thalazur au choix : Détente / Tonique / Spécial dos

### Algothérapie (Nous conseillons une seule application par jour)

#### ■ Enveloppement d'algues reminéralisantes (20')

Appliquées sur l'ensemble du corps les algues chaudes permettent à l'organisme de se reminéraliser, de réhydrater les tissus et d'éliminer les toxines.

#### ■ Application de boues marines (20')

Issues des sédiments marins, les boues marines s'appliquent chaudes localement sur le dos et les articulations. Action antalgique et anti-rhumatismale.

#### ■ Application de boues auto-chauffantes (20')

Application localisée (colonne vertébrale, trapèzes, épaules...) à visée antalgique et procurant bien-être et relaxation.

### Soins jambes lourdes

#### ■ Cryothérapie (20')

Application sur les membres inférieurs d'une solution froide à base de menthol. L'effet raffermissant et stimulant du froid est bénéfique pour vos jambes lourdes et la cellulalgie.

#### ■ Pressothérapie (20')

Drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs : deux grandes bottes à pression pneumatique progressive vous permettent d'améliorer le retour veineux. Affine et allège les jambes et atténue l'aspect peau d'orange.

## Modelages

(Uniquement dans les forfaits Thalazur et les formules d'Exception)



#### ■ Modelage sous fine pluie d'eau de mer (16')

Allongé sur le ventre, sous une fine pluie d'eau de mer chaude riche en actifs marins, une hydrothérapeute effectue un modelage relaxant. Détente et reminéralisation.

#### ■ Modelage corps (16')

Allongé sur le ventre, vous bénéficiez des techniques du modelage traditionnel au baume d'algues ou aux huiles parfumées. Bien-être et relaxation.

## Les soins «Parfums d'ailleurs»

(Supplément de 6€ par soin.)

#### ■ Bain hydromassant précieux au miel et karité (15')

Avant de pénétrer dans votre bain hydromassant, vous enduisez votre corps d'une cire au miel et au karité. Vous découvrirez les sensations nouvelles d'une peau douce et pleinement hydratée.

#### ■ Bain hydromassant aux cristaux du lagon (15')

Adjonction dans l'eau de mer de cristaux de sels nacrés à l'agréable senteur exotique pour un bain d'évasion reminéralisant.

#### ■ Enveloppement d'algues à la pulpe de coco (20')

Ce soin, au doux parfum de Polynésie, détient un fort pouvoir hydratant, apaisant et décontractant.

#### ■ Enveloppement d'algues aux 3 thés (20')

Moment de plénitude, cet enveloppement aide à lutter contre le vieillissement de la peau (souplesse et fermeté de la peau).

## Les soins spécifiques

(Supplément de 6€ par soin.)

#### ■ Bain hydromassant aux gelées d'algues (15')

- Amincissante aux huiles essentielles de thym et romarin.
- Circulatoire aux huiles essentielles de sauge et de romarin.

#### ■ Application d'algues circulatoires (20')

Application rafraîchissante d'algues froides à base de menthol au niveau des membres inférieurs.

#### ■ Application d'algues «thermosudation» au fucus (20')

Soin minceur intensif accélérant l'élimination des toxines. Algues enrichies d'huiles essentielles de romarin, de lavande et d'eucalyptus.

# thalasso

## Les bienfaits

UN FACE À FACE AVEC L'OcéAN



Pourquoi La Thalassothérapie vous fait du bien...  
vous ne le savez peut-être pas ?

Une fois entrée dans l'âge adulte notre réserve d'oligo-éléments et de sels minéraux vient à diminuer et par là même le temps qui passe nous entraîne inexorablement vers un vieillissement cellulaire...

La bonne nouvelle, c'est que la thalassothérapie va vous aider à retarder tous ces effets que le temps nous inflige grâce à 3 éléments indissociables qui vont renforcer votre barrière immunitaire :

**L'eau de mer, l'élément préféré de notre corps.**  
Nous sommes constitués de plus de 70% d'eau mais pas n'importe laquelle, de l'eau de mer ! Notre plasma sanguin étant pratiquement de la même composition que l'eau de mer, dès l'instant où nous chauffons celle-ci, notre corps adore et il va y puiser les oligo-éléments et les sels minéraux dont il est en carence. Nous appelons cela l'effet d'osmose.

**Les sédiments marins, une bonne raison de vous rouler dans les algues et la boue...**

Ces éléments que sont les algues et les boues sont très riches en matières organiques et minérales.

Les enveloppements seront les soins les plus régénérateurs. L'effet reminéralisant est à son comble. Sans parler de la détente et du bien-être que ces enveloppements procurent sur les articulations...

**Le climat marin :**

**la Thalasso c'est au bord de l'eau... de mer.**

Grâce au mouvement de la mer et des océans l'air marin est chargé d'ions négatifs et d'iode qui seront votre recharge énergétique pour parfaire votre cure et lutter contre le vieillissement cellulaire. Alors à vos baskets et profitez de grandes balades sur le littoral, c'est gratuit...

**Les bienfaits reconnus des soins d'hydrothérapie, combinés avec une bonne hygiène alimentaire et une activité physique régulière, vous permettent de recharger votre organisme et vous apportent bien-être et vitalité tout au long de l'année.**

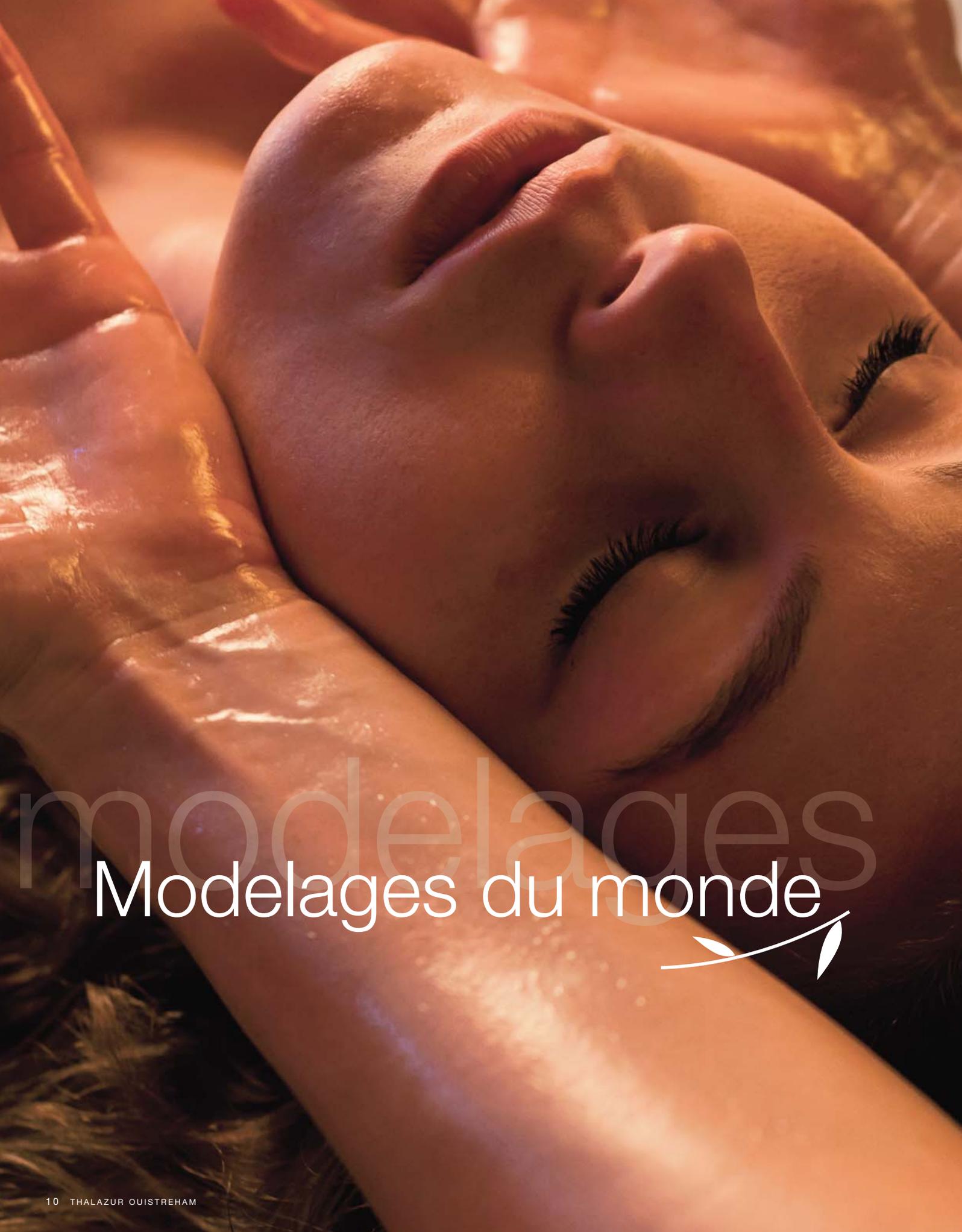




# Le Spa MARIN

Nous vous invitons à un inoubliable voyage intérieur vers la plus belle des destinations : vous-même.

Au cœur de l'institut de thalassothérapie, le Spa marin Thalazur est un espace entièrement dédié au bien-être et à la beauté où le corps et l'esprit s'unissent dans la quête du plaisir et de l'apaisement. Dans une atmosphère de sérénité, découvrez une merveilleuse palette de soins issus de traditions ancestrales, empreints de qualité, d'authenticité et de cérémonial. Quand les rituels précis du Spa se mêlent à l'efficacité marine... Alors, un nouveau monde de douceur et de ressourcement, où chaque sens est exalté, s'offre à vous.



modelages

# Modelages du monde



## Modelages du monde

**Le modelage (52')**

**99€**

**Au choix parmi :**

### ■ Modelage Californien

Ce massage très connu en France s'appelle «relaxing massage» aux Etats-Unis. Le moment que nous allons vous faire vivre est un véritable ballet sensoriel sur le corps afin d'apaiser les tensions nerveuses, d'augmenter le flux sanguin. Tout est réuni pour fondre de bonheur avec un soin relaxant harmonisant qui contribue à l'oxygénation des tissus et libère des endorphines.

### ■ Modelage Abhyanga

Issu de la médecine traditionnelle indienne, ce modelage glissé à l'huile de sésame chaude aux vertus relaxantes, purifie votre corps et détend votre esprit.

### ■ Modelage Balinais

Originaire de Bali, ce modelage musculaire, à l'huile tiède, dynamisant allie différentes techniques asiatiques, chinoises, indiennes, indonésiennes et ayurvédiques. Deux phases se succèdent : tonique et puissante ; puis relaxante afin de stimuler les points énergétiques du corps dans les trois systèmes : nerveux, hormonal et digestif. Il harmonise le corps et l'esprit en apportant bien-être et sérénité. Ce soin favorise la circulation sanguine, dénoue les tensions musculaires et courbatures.

### ■ Digito-pressing facial et crânien

Après une première phase de modelage détente, cette technique se réalise par pressions douces des doigts sur des points réflexes du visage et du crâne pour rééquilibrer les énergies et procurer une intense sensation de détente aussi bien physique que mentale. Idéal pour apaiser le stress et retrouver un bon sommeil. En outre, cette technique permet de relancer les échanges circulatoires et favorise un bel éclat du teint.

### Journée «Tendresse»

**159€**

(pour 2 personnes)

- 1 modelage duo (voir p. 12)
- 1 apéritif maison offert
- 1 repas menu Thalazur (hors boissons)
- Libre accès aux installations

### Carte plaisir 5 modelages

**445€**

(validité 12 mois carte nominative valable du lundi au vendredi)

### A choisir parmi les modelages :

- Californien • Balinais • Abhyanga
- Digito-pressing facial et crânien
- Drainant lymphatique (52' / voir p. 13)

## Pour votre bien-être

Chaque modelage donne accès à l'ensemble des installations sur la même demi-journée (piscine, sauna, hammam, jacuzzi, salle de fitness, cours d'aquagym et de gym en salle). Nous vous fournissons peignoir et serviette.

# Modelages spécifiques



Le  
Spa  
MARIN

## Modelages spécifiques

- **Modelage dos (25')** **58€**  
Effleurages, pressions et pétrissages sont utilisés pour permettre d'enlever les tensions du dos et de retrouver un profond bien-être.
- **Modelage détente (25')** **58€**  
Moment privilégié où l'ensemble du corps est massé.
- **Réflexologie plantaire (25')** **64€**  
Le système nerveux a ses terminaisons dans les extrémités du corps et décrit des zones réflexes. Stimulées par pressions, ces zones influent sur l'ensemble du métabolisme.
- **Atelier modelage bébé (50')** **72€**  
Cette méthode se fonde sur la communication par le toucher et la parole entre les parents et leur bébé. Réservé aux bébés de 3 mois à 1 an.
- **Modelage Vitalité du temps** **(25') 58€ / (52') 99€**  
Inspiré du meilleur des techniques occidentales et chinoises, le modelage Vitalité du temps a pour but de booster l'énergie, d'améliorer la souplesse musculaire et articulaire et de chasser durablement la fatigue grâce à une série de manœuvres sur le haut du crâne, la nuque et les trapèzes.
- **Modelage duo (25')** **104€ / pour 2 personnes**  
Deux personnes, allongées séparément sur des tables de massage, sont massées en même temps. Un modelage dorsal est effectué selon un protocole identique avec des huiles essentielles.

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.



#### ■ **Modelage drainant lymphatique**

**Localisé (35') 79€ / Corps complet (52') 99€ / Corps complet et visage (1h) 109€**

Pression douce et régulière manuelle. Stimule l'élimination des toxines, désinfiltre les tissus et améliore la circulation sanguine.

#### ■ **Modelage aux pierres chaudes (1h)**

**109€**

Les galets volcaniques favorisent une meilleure circulation de l'énergie. Après un modelage manuel du corps à l'huile chaude, on procède à une pose de pierres réchauffées sur les points d'énergie, ce soin s'achève par un modelage à l'aide de deux galets. Apaisant et équilibrant.

#### ■ **Sublime réflexologie (1h)**

**109€**

Un rituel de beauté et de bien-être grâce à un modelage profond de réflexologie des pieds et jambes accompagné d'un masque détoxifiant et d'une application d'un gel « fraîcheur intense », un modelage profond de la tête, nuque et épaules et pour terminer des mains et avant-bras avec un beurre de Karité. Pour un sublime lâcher prise...

#### ■ **Modelage Abhyanga 4 mains (52')**

**189€**

Issu de la médecine traditionnelle indienne, ce modelage à l'huile de sésame chaude s'effectue par deux modelleuses. La gestuelle coordonnée et parfaitement synchronisée crée une enveloppe de bien-être unique en son genre, stimulant toutes les parties du corps afin de provoquer une relaxation suprême de la tête aux pieds.

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.



# experts

## les soins experts



### ■ Ostéopathie (25')

70€

Techniques manuelles visant à conserver ou restaurer la mobilité ostéo-articulaire et viscérale.

### ■ Fasciathérapie (25')

70€

#### Technique ostéopathique douce

En décrispant nos fascias (ces fines membranes qui enveloppent muscles et organes) cette technique manuelle indolore, soulage les blocages, dissipe la fatigue et le stress, remet le corps et l'esprit au diapason.

### ■ Acupuncture (30')

56€

Introduction d'aiguilles très fines en des lieux déterminés pour déclencher une réponse physiologique ou thérapeutique de l'organisme et rééquilibrer l'énergie vitale.

### ■ Consultation diététique (30')

33€

Pour retrouver la ligne, mais aussi pour votre santé et votre bien-être, notre diététicienne vous établit un programme sur mesure adapté à votre rythme de vie, à votre âge et à vos besoins.

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.

L'EXPÉRIENCE DU BIEN-ÊTRE

# Espace beauté

Soins du visage

Soins anti-âge marins

Soins du corps

Rituels minceur

# visage



## Les soins du visage

Nouveauté  
2015

### ■ Soin iBeauty Rénovateur pureté (30')

49€

Ce soin express de 30 minutes est la réponse idéale à toutes les femmes à la recherche d'un nettoyage en profondeur rééquilibrant.

Plus saine, plus lumineuse, la peau est purifiée de ses impuretés et normalisée.

Nouveauté  
2015

### ■ Soin iBeauty Correcteur d'hydratation (45')

71€

Complice idéal de tous les épidermes assoiffés, fatigués et ternes, ce soin relance l'hydratation manuelle tout en les gorgeant d'actifs reminéralisants et ressourçant.

La peau est fraîche, lumineuse et hydratée intensément dès la première séance.

### ■ Soin Oxygène marin (45')

71€

Véritable coup d'éclat avec un nettoyage du visage. Les peaux stressées et polluées apprécieront ce soin oxygénant, pour un visage reposé et hydraté.

### ■ Soin Fondamental de la mer (1h)

89€

Offrez une pause récupératrice personnalisée à votre visage. Le soin sera sélectionné en fonction de l'état général de votre peau et de vos attentes. Sensation immédiate de confort retrouvé.

**Plusieurs orientations possibles à choisir avec votre esthéticienne :**

- Rituel Hydratation absolue
- Rituel Pureté fraîcheur
- Rituel Nutrition intense

### ■ Soin pour homme «ThalgoMen» à l'algue bleue vitale (1h)

76€

Soin profond nettoyant adapté à la peau masculine. Véritable effet «bonne mine», votre peau est gommée, massée à l'aide d'un soin fortifiant et antiride. Illumine votre teint grâce à l'application d'un masque adapté à votre peau.

### ■ Modelage Visage (15')

32€

Modelage douceur du visage, du cou et du décolleté pour un effet apaisant et relaxant.

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.

## Pour votre bien-être

Chaque soin du visage\* donne accès à l'ensemble des installations sur la même demi-journée (piscine, sauna, hammam, jacuzzi, salles de fitness, cours d'aquagym et de gym en salle).

\* Hors forfait modelage visage (15')

L'institut est ouvert :

**Du lundi au vendredi de 9h à 18h30.**

**Le samedi de 9h à 19h.**

**Le dimanche de 9h à 13h.**

**Réservation au 02 31 96 96 78 (ligne directe)**



## Rituel corps & découverte visage Exclusivité Thalazur

### Soin Signature « Mon Essentiel » (1h30)

139€

Ce soin inédit vous offre une pause relaxante et sensorielle, personnalisée selon votre élément : Eau (drainant) – Terre (décontractant) – Végétal (énergisant)

Choisissez l'élément qui correspond à votre quête du moment.

Mains et accessoires se confondent en fin de soin pour une profonde relaxation.

La fatigue s'envole, les tensions s'évanouissent, l'esprit s'évade au rythme de ce soin sur-mesure. Soin découverte visage désaltérant, technique de respiration, gommage et modelage du corps vous embarquent pour 1h30 de total lâcher-prise !

## Soins « anti-âge marins » pour Elle et Lui

Nouveauté  
2015

### ■ Soin iBeauty Activateur jeunesse (45')

71€

Inspiré des techniques anti-âge de la médecine esthétique, ce soin est une concentration d'efficacité pour lutter contre les signes du temps. La peau est liftée. Le visage est raffermi et remodelé, dès la première séance.

### ■ Soin lisseur Collagène (1h) PREMIÈRES RIDES

99€

Visage lissé et repulpé, rides et ridules envolées, résultats visibles dès le premier soin. Pour une peau hydratée, douce et lumineuse !

### ■ Soin combleur Hyaluronique (1h) RIDES INSTALLÉES

99€

Double masque combleur de rides aux extraits marins, complexe d'acide hyaluronique et beurre de Karité pour une jeunesse retrouvée.

### ■ Soin Silicium Lift (1h15) RIDES ET FERMETÉ

109€

Le soin «triple efficacité» pour un effet rajeunissement immédiat : lisse l'intégralité du visage, comble les rides les plus marquées et liftte l'ovale du visage.

### ■ Rituel d'excellence Anti-âge Global (1h30)

119€

Soin d'exception qui associe une technique de lifting manuelle incomparable à un complexe d'actifs précieux exclusifs Thalgo. Exfoliation en profondeur ; double modelage Energilift visage, cou et décolleté suivi du modelage Relaxation Ultime ; masque de cellulose biologique riche en acide hyaluronique ; gommage et modelage des mains. **Un rituel d'excellence pour un résultat jeunesse global : les traits du visage sont rehaussés, les rides lissées.**

### ■ Soin spécifique Contour des yeux (30')

45€

L'action combinée du collagène marin, de la caféine et de l'acide hyaluronique associée à la technologie du Masque de Massage Regard (pressothérapie, acupression et massage vibratoire dynamique) pour un triple effet anti-rides, anti-cernes et anti-poches.

# corps

## Les soins du **corps**

### Peelings corporels SPA

■ **Gommage «Délicieux Polynésia»** (20') **45€**

Senteurs relaxantes de vanille et de coco. Gommage au sable de Bora-Bora, sels marins, extraits de coco mêlés aux huiles réparatrices de monoï et de vanille. Douceur, velouté et éclat révèlent la beauté de la peau.

■ **Gommage sucré-salé «Indocéane»** (20') **45€**

Sel et sucre se mélangent autour d'huiles essentielles d'agrumes et d'huiles végétales nourrissantes. La peau lissée et nourrie en profondeur retrouve souplesse et douceur.

### Modelages

■ **Modelage «Aromacéane»** (25') **58€**  
(52') **99€**

Modelage relaxant réalisé avec une huile de massage douce enrichie en huiles essentielles de votre choix : détente, minceur ou drainante.

■ **Modelage «Mahana»** (25') **58€**  
(52') **99€**

Le modelage Mahana est un modelage lent et puissant qui relaxe les muscles et l'esprit. bercés par les alizés et les senteurs de Tiaré, votre esprit libère les tensions et votre corps se relâche.

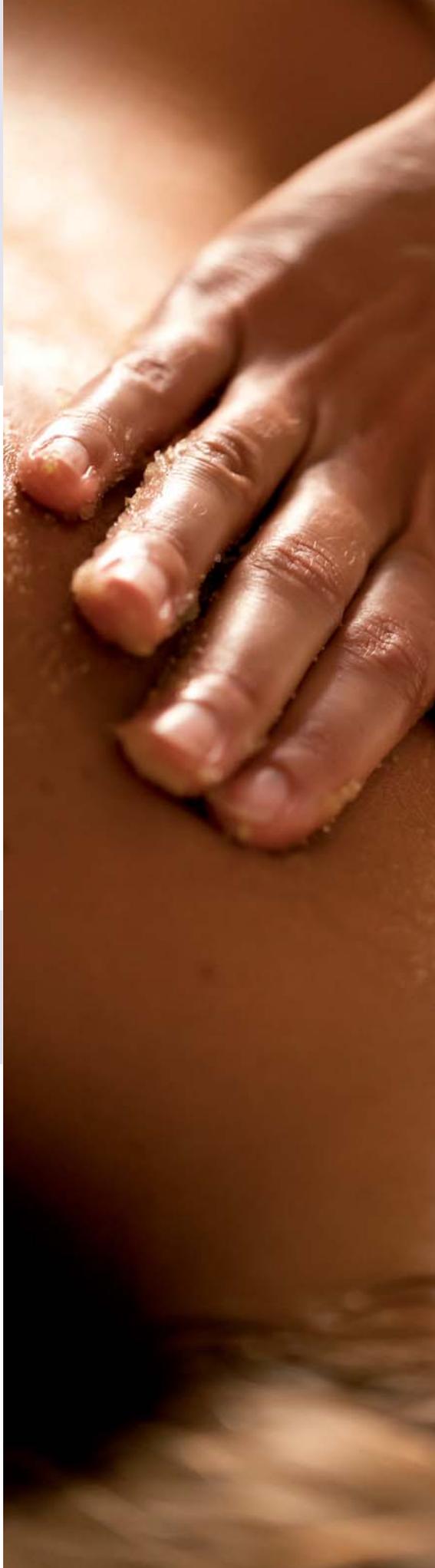
■ **Modelage aux huiles indiennes** (25') **58€**

Modelage revitalisant aux huiles voluptueuses indiennes pour une sensation de bien-être et d'énergie retrouvée.

■ **Soin du dos** (30') **57€**

Gommage, pose de masque et modelage relaxant du dos.

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.



### Pour votre bien-être

Chaque soin et rituel du corps donne accès à l'ensemble des installations sur la même demi-journée (piscine, sauna, hammam, jacuzzi, salles de fitness, cours d'aquagym et de gym en salle).

## Rituels minceur

Pour une efficacité optimale  
choisissez nos forfaits minceur pour Elle et pour Lui !

### ■ Sculpteur Haute Précision (45') 79€

Premier soin qui cible et corrige la cellulite ou les rondeurs et le relâchement cutané.

- 1 boisson silhouette personnalisée
- 1 enveloppement à l'oxygène actif pour réactiver le métabolisme minceur
- 1 modelage Perfectsculpt, technique utilisant des concentrés professionnels de haute performance pour affiner et remodeler votre silhouette

Deux orientations au choix : cellulite ou fermeté

### ■ Starter silhouette (1h15') 99€

- 1 diagnostic silhouette
- 1 gommage corps détoxifiant
- 1 rituel Sculpteur Haute Précision

Deux orientations au choix : cellulite ou fermeté

### ■ Forfaits Silhouette expert « cellulite » ou « fermeté »

3 rituels (3 x 45')	228€
5 rituels (5 x 45')	365€
10 rituels (1 rituel Starter silhouette de 75' + 9 x 45')	690€

### ■ iPULSE 5.1 (55') 79€

Concept révolutionnaire associant 5 technologies en une seule séance pour un effet re-sculptant zone à zone: déloge les capitons, lisse la peau, renforce les muscles. Idéalement 1 séance tous les 2 jours pour débiter.

### ■ Forfaits iPULSE 5.1

3 séances	207€
5 séances	320€
10 séances	589€

Renforcez les bienfaits de nos soins minceurs avec les compléments nutritionnels Thalgo Nutrition.

## Rituels SPA

Voyages maritimes initiatiques, véritables cérémonies de la mer où les algues sont reines, ces rituels aux parfums aquatiques, révèlent la magie des fonds marins comme dans un rêve...

### Le rituel au choix (1h30) 139€

#### ■ «Aromacéane»

- Gommage «Aromacéane» à la poudre d'algues
- Enveloppement de boue marine de la mer Morte aux huiles essentielles
- Modelage «Aromacéane» relaxant, drainant ou minceur

#### ■ «Indocéane»

- Gommage aux essences méditerranéennes
- Modelage énergétique et revigorant issu de la tradition ayurvédique
- Crème enveloppement parfum de chine à l'algue Qi marine

#### ■ «Esprit de Polynésie»

- Gommage «Délicieux Polynésia»
- Modelage «Mahana»
- Application de l'huile Sacrée de Polynésie pour sublimer votre peau

# beauté

## L'institut



### Spa Capillaire

Éveillez vos cheveux à de nouvelles sensations :

un rituel de soins personnalisé aux huiles essentielles 100% naturelles pour ressourcer votre cuir chevelu et embellir vos cheveux de façon visible et durable.

#### Le rituel au choix 45€

Rituel **Douceur** by Thalazur (45')

Rituel **Tonique Masculin** (35')



### Pour votre bien-être

Chaque soin\* donne accès à l'ensemble des installations sur la même demi-journée (piscine, sauna, hammam, jacuzzi, salles de fitness, cours d'aquagym et de gym en salle).

\* Hors épilations

### Soins des mains et des pieds

- **Beauté des mains ou des pieds** (45') **46€**  
Soin traditionnel.
- **Beauté des pieds « luxe »** (1h15) **72€**  
Soin traitant des pieds secs.  
La peau retrouve douceur et confort.

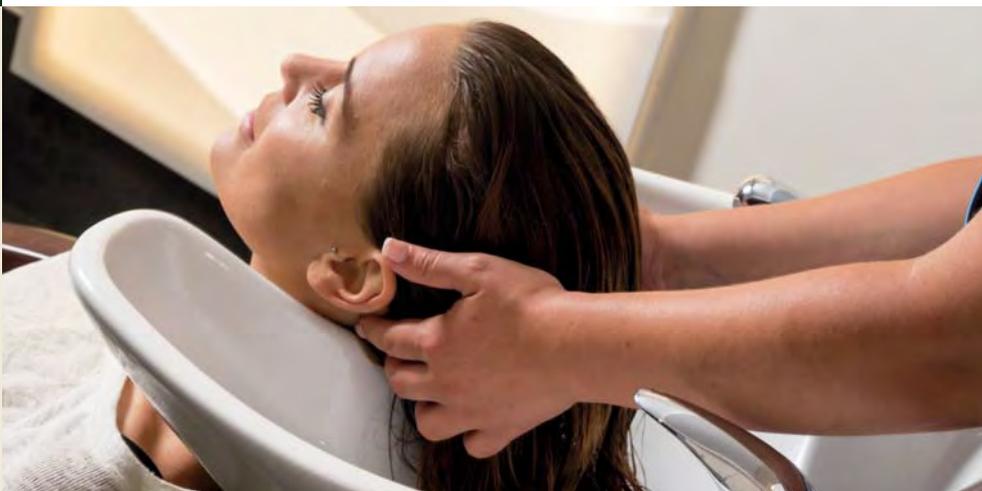
### Épilations

- Sourcils, lèvres ou menton **14€**
- Jambes complètes **35€**
- 1/2 jambes **22€**
- Bras **22€**
- Aisselles **16€**
- Maillot **20€**
- Maillot string **30€**
- Maillot complet **41€**
- Torse ou dos **26€**

### Forfaits épilations

- Visage (sourcils + lèvres + menton) **22€**
- Jambes complètes + maillot **43€**
- Jambes complètes + maillot + aisselles **51€**
- 1/2 jambes + maillot + aisselles **48€**

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.



# Abonnements

Parcours marin  
& Fitness

# accès

## Les formules d'accès

Du lundi au vendredi de 9h à 20h

Le samedi de 8h30 à 20h

Le dimanche de 8h30 à 18h

**Piscine, sauna, hammam, jacuzzi,  
espace fitness, cours de gym en salle,  
aquagym**

	Accès Privilège	Accès Semaine	Accès Soirée	Accès Enfant
1 entrée	32€	-	26€	16€
10 entrées (valable 6 mois)	250€	228€	192€	-
Libre accès 3 mois	339€	280€	218€	-
Libre accès 6 mois	589€	472€	357€	-
Libre accès 12 mois	929€	726€	628€	-

### Abonnements 3, 6 et 12 mois

#### Couple -20% pour la 2<sup>e</sup> personne

- Certificat médical de non contre-indication obligatoire (aucune carte ne sera délivrée sans certificat).
- Remettre sa carte d'abonnement au vestiaire avant chaque entrée.
- Pour les abonnements annuels, dépôt de carte possible et report de 1 ou 2 mois juillet et août (uniquement). Report lors de la fermeture annuelle.
- Carte nominative.
- Les offres ne sont pas cumulables



### En fonction de votre abonnement

- La formule Accès «Privilège» donne un accès libre aux installations pendant les heures d'ouverture.
- La formule Accès «Semaine» donne accès aux installations du lundi au vendredi pendant les heures d'ouverture.
- La formule Accès «Soirée» donne accès aux installations du lundi au vendredi à partir de 17h et le dimanche de 14h à 18h.
- La formule Accès «Enfant» (de 5 mois à 12 ans) donne accès aux installations entre 12h30 et 14h et à partir de 17h, du lundi au samedi et le dimanche de 14h à 18h. Chaque enfant doit être accompagné d'un adulte.

### Jardin aquatique (Tarif pour un enfant et un parent)

Réservé aux enfants de 5 mois à 4 ans, le lundi de 18h à 20h. La piscine d'eau de mer est chauffée.

**La séance** 18€

**Les 10 séances** (valable 6 mois) 122€

### Cours de natation

**La séance** 25€

**Les 10 séances** (valable 6 mois) 184€

### Infos pratiques

- Le peignoir et la serviette ne sont pas fournis.
- Le port des sandales est obligatoire.
- Le short de bain est interdit. Eviter le port de maillot de bain en coton.
- Sortie des bassins 15 minutes avant la fermeture
- Tenue et chaussures de sport obligatoires dans les salles de fitness.
- Port des bijoux interdit.

# Deux gammes de cosmétique marine Thalazur

LA MER AU CŒUR DE VOTRE BEAUTÉ

Produits testés pour leur efficacité – **Sans paraben**, sans huiles minérales – 100% actifs naturels – En vente dans nos boutiques, sur [www.thalazur.fr/thalasso](http://www.thalazur.fr/thalasso) «rubrique cosmétique marine» et par téléphone au **0825 827 094**



## Gamme Beauté / Un voyage sensoriel

Plaisir et douceur pour vivre de purs moments de relaxation et de détente au naturel.

Des produits marins revitalisants, hydratants et nourrissants pour un bien-être immédiat.

- |  |            |
|--|------------|
| <b>1 Eau fraîcheur Vitalité Marine</b> (Spray 150ml)   | <b>18€</b> |
| Brume de soin hydratante et dynamisante. Enveloppe la peau d'un voile parfumé de fraîcheur protecteur.                                 |            |
| <b>2 Savon granité aux algues</b> (galet 200g)   | <b>12€</b> |
| Tonifiant. Permet une exfoliation du corps.  |            |
| <b>3 Beurre corporel au Karité</b> (tube 200ml)  | <b>22€</b> |
| Texture fondante et odeur parfumée. Hydratée, nourrie et satinée, la peau retrouve immédiatement son confort et un toucher velours.    |            |
| <b>4 Douche fraîcheur tonique</b> (tube 200ml)   | <b>14€</b> |
| Nettoie la peau en douceur tout en lui donnant un regain d'énergie et de vitalité.   |            |
| <b>5 Crème de gommage aux algues</b> (tube 200ml)  | <b>22€</b> |
| Élimine les cellules mortes et les impuretés, permet à la peau de retrouver tout son éclat et sa douceur.                              |            |
| <b>6 Crème de lait fondante</b> (tube 200ml)   | <b>22€</b> |
| Hydrate, adoucit instantanément et durablement le corps pour garder une peau de velours en toute saison.                               |            |
| <b>7 Shampoing douceur</b> (tube 200ml)  | <b>14€</b> |
| Nettoie le cheveu tout en douceur en respectant et préservant l'intégrité de la structure capillaire. Apporte légèreté à la chevelure. |            |



## Gamme Professionnelle / Partagez l'expertise Thalazur

Rigoureusement sélectionnée par des professionnels, découvrez une gamme de produits utilisés en cabine lors des soins de thalasso-thérapie. Un véritable concentré de richesses marines « by Thalazur », pour vous et nulle part ailleurs.

- |  |            |
|--|------------|
| <b>1 Gommage marin aux huiles et pétales de fleurs</b> (pot 250ml)   | <b>22€</b> |
| Pour retrouver une peau éclatante par un gommage plaisir. Les grains de sel sont enrobés d'huiles de fleurs pour une exfoliation douce et raffinée.  |            |
| <b>2 Gel jambes fraîcheur intense</b> (tube 200ml)   | <b>22€</b> |
| Rafraîchit et atténue l'inconfort des jambes, assure un bien-être immédiat et prolongé. Redonne aux jambes les éléments nécessaires à leur vitalité. |            |
| <b>3 Huile de massage relaxante</b> (flacon 200ml)   | <b>20€</b> |
| Adoucit et assouplit la peau. Apporte des éléments nourrissants naturels pour assurer au modelage un véritable effet de bien-être.                   |            |
| <b>4 Bulles effervescentes pour le bain</b> (pot de 8 galets)  | <b>18€</b> |
| Libère les tensions dans un bain de bulles parfumées. La peau est douce et reminéralisée, le corps et l'esprit sont relâchés.                        |            |
| <b>5 Cristaux de bain irisés</b> (pot 500g)  | <b>18€</b> |
| Véritable moment de sérénité et de relaxation. Apporte à la peau les minéraux et oligo-éléments essentiels.  |            |
| <b>6 Bain revitalisant Détox</b> (jerrican 500ml)  | <b>18€</b> |
| Cette gelée associe les propriétés des algues fucus à celles des huiles essentielles, stimulantes, purifiantes et tonifiantes.                       |            |
| <b>7 Bain à la pulpe d'algues</b> (jerrican 500ml)   | <b>18€</b> |
| Vitalité et bienfaits des algues laminaires. Apporte à la peau les éléments dynamisants fondamentaux.  |            |

RESTAURANT PANORAMIQUE  
**le Riva-Bella**



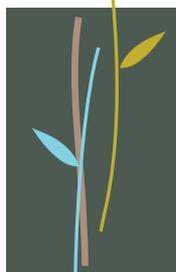
## Le plaisir de la table

Dans un cadre idéal, avec de larges baies vitrées donnant sur la plage, « le Riva-Bella » vous accueille pour votre plus grand plaisir. Surprenez vos papilles ! Notre chef vous invite à un voyage gustatif, subtil mélange de tradition et de créativité, où chacun selon ses envies trouve l'occasion de savourer quelques moments de bonheur. Aux beaux jours, profitez de notre terrasse face à la mer.

à partir de **17€\***  
\* Prix TTC service compris

### Seul ou à partager...

Dégustation d'huîtres ou petite faim  
autour d'une salade généreuse...



# thalazur

Hôtel ■ Thalassothérapie & Spa

l'art de prendre soin de vous

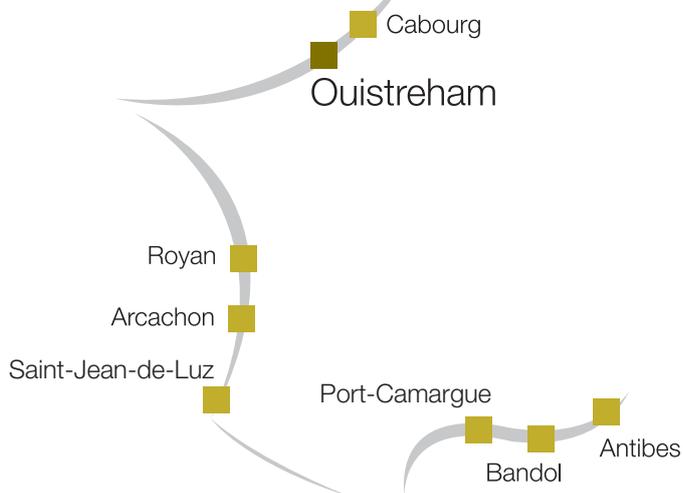
[www.thalazur.fr](http://www.thalazur.fr)

### Thalazur Ouistreham

Avenue du commandant Kieffer ■ 14150 Ouistreham Riva-Bella

Tél. 02 31 96 40 40 ■ Fax 02 31 96 45 45

E-mail: [ouistreham@thalazur.fr](mailto:ouistreham@thalazur.fr)



[facebook.com/thalazur.marque](https://facebook.com/thalazur.marque)



[@Thalazur](https://twitter.com/Thalazur)



[instagram.com/Thalazur](https://instagram.com/Thalazur)