

CARTE DES SOINS 2019



THALASSO CONCARNEAU

SPA MARIN - RESORT ★★☆☆

Bienvenue

Découvrez une nouvelle façon de profiter des bienfaits de la mer ! Face à l'océan et à la plage des Sables Blancs, dans un décor moderne et minéral, profitez de nos soins au fil de l'eau et faites de notre thalasso, votre cocon pour vous ressourcer intensément...

Pages 3 et 4
Le Spa Marin

Pages 5 à 8
Bulles journée ou 1/2 journée

Pages 9 à 12
Modelages et soins corps

Pages 13 et 14
Soins beauté by Thalgo

Pages 15 et 16
Programmes Future et jeune maman

Pages 17 et 18
Programmes Minceur

Pages 19 à 22
Programmes thalasso 4, 5, 6 jours

Pages 23 et 24
Courts séjours 2, 3 jours

Pages 25 et 26
Aqua et fitness

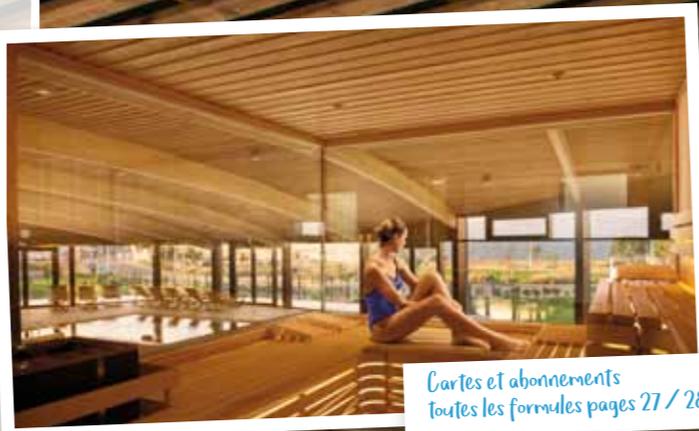
Pages 27 et 28
Cartes & abonnements

Pages 29 et 30
Boutique & infos pratiques



Le Spa marin

Face à la mer, derrière ses grandes baies vitrées, le Spa Marin est un véritable havre de paix, dédié à la vitalité et au bien-être. Dans un décor mêlant le bois et la pierre, le parcours aquatique alterne les ateliers : cols de cygne, transats à jets, sans oublier la piscine à contre-courant ! Pour la détente : sauna panoramique, hammam, tisanderie.



Cartes et abonnements toutes les formules pages 27 / 28

La Piscine ludique

Relaxez-vous au fil des ateliers aquatiques : cols de cygnes, jets massants, transats à bulles, banquettes à bulles... L'eau de mer, chauffée à 32°C, vous apporte tous ses bienfaits afin de vous décontracter, vous apaiser et vous vitaliser.

La nage à contre-courant

Nagez en toute liberté ! Le couloir de nage, tout en longueur, permet de pratiquer une activité sportive ou de loisirs.

Le sauna panoramique

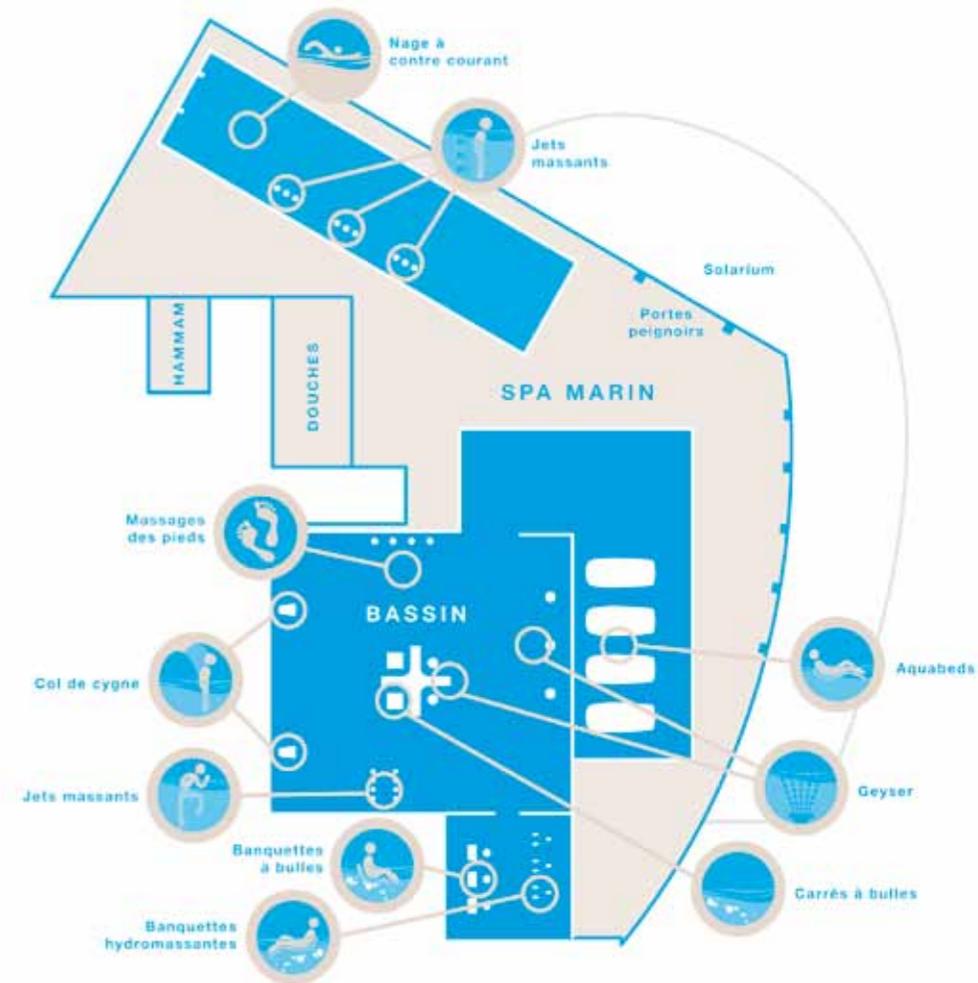
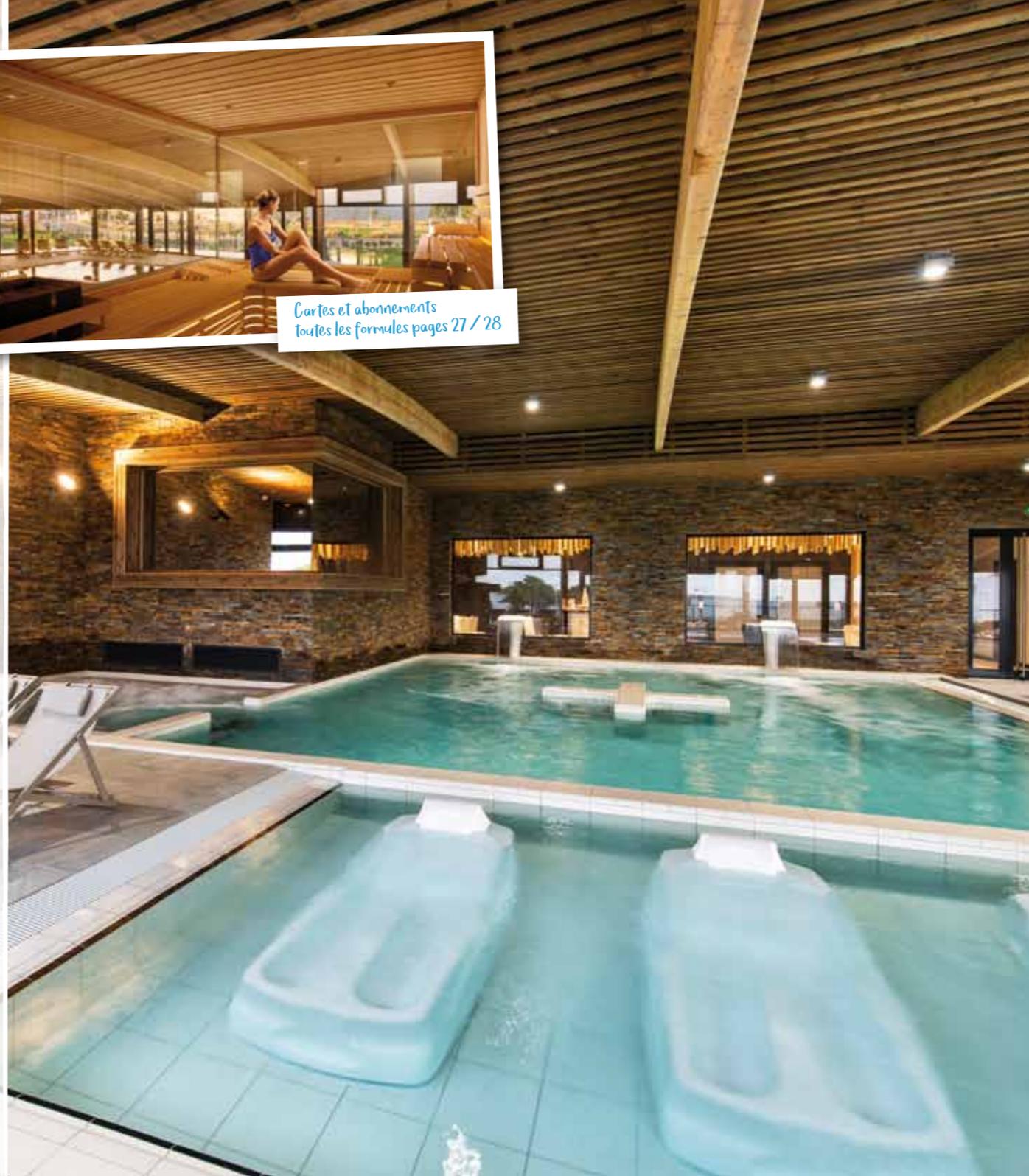
Unique en son genre, l'espace sauna surplombe le Spa Marin pour offrir une vue imprenable sur la mer. Grâce à la chaleur sèche, les tensions disparaissent et votre corps s'apaise pour laisser votre esprit s'évader... Idéal après une séance de sport.

Le hammam «ciel étoilé»

Sous un ciel étoilé aux senteurs voluptueuses, profitez des bienfaits de la chaleur humide pour nettoyer votre peau. Idéal avant un gommage ou un soin du visage !

L'espace tisanderie

Avec sa vue sur le Spa Marin, la tisanderie est l'espace idéal pour un entre-deux soins. Confortablement installé, vous goûtez aux tisanes salvatrices et fruits de saison... ou dévorez les beaux livres sur la Bretagne !



ACCÈS / HYGIÈNE / LINGE

L'accès au Spa Marin est autorisé aux personnes de plus de 14 ans, accompagnées d'un majeur.

Le bonnet de bain n'est pas obligatoire, mais les cheveux longs doivent être attachés.

Pour des questions d'hygiène, les shorts de bain sont interdits.

Peignoir, serviette, sac, sandales sont à votre disposition. Les sandales extérieures sont interdites.

Le hammam et le sauna étant mixtes, le port du maillot de bain est obligatoire.

HORAIRES*/ TARIFS

LUNDI À VENDREDI	10h/18h	1 entrée : 32€
SAMEDI	10h/13h	10 entrées 288€
DIMANCHE	15h/18h	

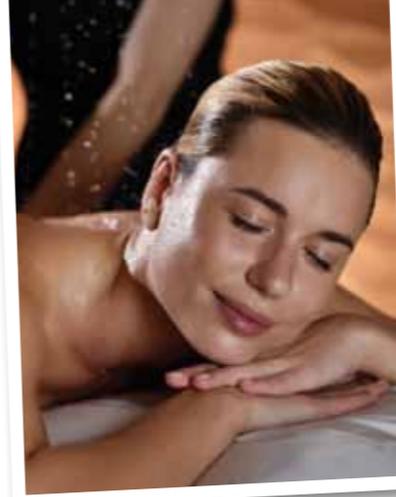
Le spa marin se fait sur réservation le samedi, le dimanche, les vacances scolaires, les jours fériés et la veille de jours fériés. Les réservations se font 3 jours avant la date, soit le jeudi pour le dimanche.

*Sous réserve de modifications en cours d'année. Sans réservation, accès selon disponibilité et fréquentation.



Les Bulles

Les Bulles comprennent :
les soins répartis sur la journée ou 1/2 journée,
le prêt de peignoir, serviette, sandales, sac,
l'accès libre au Spa marin



Mes Bulles Journée

Ma Bulle Thalasso

1 JOURNÉE / 4 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 déjeuner
189 € par personne

- 1 bain hydromassant aromacéane détente
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux 3 algues
- 1 lit hydromassant
- 1 modelage sous affusion (20 mn)

Ma Bulle Spa

1 JOURNÉE / 4 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 déjeuner
234 € pour 1 personne

- 1 gommage Indocéane
- 1 bain hydromassant aromacéane détente
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 modelage aromatique relaxant (50 mn)



À Découvrir ! les délices
du restaurant «Le Domaine»

1 déjeuner = 1 menu 2 plats
(entrée plat ou plat dessert)



Les Bulles Duo

Bulle Cocooning Duo

1 JOURNÉE / 4 soins par personne
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 déjeuner pour 2 personnes
478 € pour 2 personnes

- 1 bain hydromassant eau des lagons
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 soin visage Fondamental lumière en duo (25 mn)
- 1 modelage aromatique relaxant en duo (50 mn)

Bulle Duo «Découverte»

1/2 JOURNÉE / 1 soin par personne
+ Accès libre au SPA MARIN
140 € pour 2 personnes

- 1 modelage aromatique relaxant en duo (25mn)

Bulle Duo

1/2 JOURNÉE / 1 soin par personne
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 thé gourmand
200 € pour 2 personnes

- 1 modelage aromatique relaxant en duo (50 mn)

Bulle Duo «Prestige»

1/2 JOURNÉE / 3 soins par personne
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 thé gourmand
336 € pour 2 personnes

- 1 gommage aquatique
- 1 enveloppement fondant indocéane en duo
- 1 modelage aromatique relaxant en duo (40 mn)

Nouveauté
2019

Nouveauté
2019

Ma Bulle Zen & Gourmande

1/2 JOURNÉE
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 déjeuner
60 € par personne



Les Bulles Thalasso

Bulle Reminéralisante

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
87 € par personne

- 1 bain hydromassant aromacéane détente
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux 3 algues

Bulle Vitalité

1/2 JOURNÉE / 3 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
132 € par personne

- 1 bain hydromassant aromacéane détente
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux 3 algues
- 1 modelage sous affusion (20 mn)

Bulle Évasion

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
129 € par personne

- 1 bain hydromassant eau des lagons
- 1 modelage aromatique relaxant (50 mn)

Bulle Détente

1/2 JOURNÉE / 3 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
139 € par personne

- 1 gommage sucré-salé
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn)



Nouveautés
2019

Bulle ADO 14/18 ans

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
99 € pour 1 personne

- 1 lit hydromassant
- 1 soin visage lumière (25 mn)

Bulle Duo Mère & Filles

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
+ 1 thé gourmand
210 € pour 2 personnes

- 1 modelage aromatique relaxant en duo (25 mn)
- 1 soin visage Fondamental lumière en duo (25 mn)



 Pensez à réserver!
un déjeuner ou un dîner.

Les Bulles Spa

Bulle Joyaux Atlantique

1/2 JOURNÉE / 3 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
159 € par personne

- 1 gommage au sable rose
- 1 enveloppement à l'extrait d'olivine
- 1 modelage énergisant au cristal de roche (50 mn)

Bulle Arctique

1/2 JOURNÉE / 3 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
159 € par personne

- 1 bain hydromassant aux cristaux de sel
- 1 gommage aux flocons de sel
- 1 modelage merveille arctique (50 mn)

Bulle Polynésie

1/2 JOURNÉE / 3 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
159 € par personne

- 1 bain hydromassant eau des lagons
- 1 gommage au sable blanc de Bora-Bora
- 1 modelage Mahana aux ballotins et application d'huile sacrée (50 mn)

Bulle Indocéane

1/2 JOURNÉE / 4 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
165 € par personne

- 1 bain hydromassant de lait précieux
- 1 gommage sucré-salé
- 1 enveloppement relaxant à la poudre de riz
- 1 modelage Indocéane (50 mn)



Nouveauté
2019

Bulle Beauté

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
130 € par personne

- 1 modelage aromatique relaxant (40 mn)
- 1 soin visage Fondamental lumière (40 mn)

Bulle Mer & Sens

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
135 € par personne

- 1 gommage marin
- 1 modelage aromatique relaxant (50 mn)

Bulle Prodigieuse

1/2 JOURNÉE / 2 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
175 € par personne

- 1 soin visage Prodige des Océans (90 mn)
- 1 soin corps Prodige des Océans (30 mn)



Futures et jeunes mamans
voir pages 14 et 15



Bulle Concarneau

1/2 JOURNÉE / 4 soins
+ Accès libre au SPA MARIN
179 € par personne

- 1 gommage corps,
- 1 enveloppement de boue marine
- 1 soin visage lumière (25 mn)
- 1 modelage Balade à Concarneau, notre soin signature, balade musicale et sensorielle (60 mn)



Les Modelages et soins corps

Chaque modelage / soin comprend :
le soin, le prêt de peignoir, serviette, sandales, sac,
l'accès libre au Spa marin



Les incontournables

Modelage aromatique relaxant

25 mn / 66€ - 50 mn / 96€

Ce modelage doux et enveloppant dénoue les tensions, libère de la fatigue et du stress, et laisse place à une douce sensation de bien-être.

Modelage sous affusion

20 mn / 66€

Sous une fine pluie décontractante d'eau de mer chaude, délassiez et réconfortez votre corps au fil d'un modelage doux au baume végétal relaxant et nourrissant.

Soin du dos

40 mn / 76€

Idéal pour dénouer et libérer les tensions du dos ! Le soin commence par un gommage purifiant puis un modelage relaxant avant de finir sur une application de boue marine chaude délassante.

Modelage détente plantaire

25 mn / 66€

Ce modelage des pieds et de la voûte plantaire libère le stress et les tensions nerveuses, soulage et apporte détente et relaxation profonde.
Une réelle source de bien-être !

Nouveauté
2019

Notre sélection de gommages

Peau neuve et voyage assurés
20 mn / 62€

- Indocéane sucré-salé
- Délicieux Polynésie
- Merveille Arctique aux Flocons de sel
- Joyaux Atlantique



Modelage crânien

25 mn / 66€

Ce modelage apporte calme et sérénité. Par des mouvements de lissage et d'acupression sur les zones des trapèzes, du visage et du cuir chevelu, il active la circulation sanguine et détend les terminaisons nerveuses.
Soin profond de lâcher prise, il libère les tensions liées au stress, améliore la concentration et favorise le sommeil.



Futures et jeunes mamans
voir pages 14 et 15

Soin Signature

Balade à Concarneau

60 mn / 110€

Conçu par nos praticiens, ce modelage signature puise son inspiration dans nos origines celtiques, traditions bretonnes et secrets de nature préservée. Chaque manœuvre raconte une histoire à la découverte des richesses de Concarneau et ses alentours. Une balade musicale et sensorielle, à la fois étonnante et très relaxante. Laissez votre imaginaire voyager sur nos terres bretonnes.

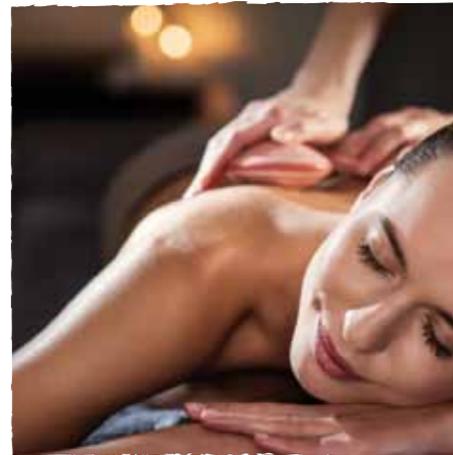


Les soins évasion

Modelage aux pierres chaudes

50 mn / 96€

Entre chaleur douce des pierres volcaniques et pressions manuelles, ce soin décontractant et détoxifiant rééquilibre l'énergie et vous plonge dans un état de relaxation réparatrice.



Modelage aux coquillages

50 mn / 96€

Evadez-vous le temps d'un voyage sensoriel sur les atolls polynésiens... Délicieuse parenthèse de bien-être, le massage aux coquillages chauds apaise, libère du stress et procure une profonde détente. Alliant chaleur et douceur, ce soin enveloppant a des effets relaxants et régénérants.

Modelage suédois

50 mn / 96€

Ce modelage tonique de l'ensemble du corps, soulage fatigue et tensions musculaires, redonne de l'énergie au corps et apaise l'esprit. Un soin idéal pour les sportifs.

Modelage indocéane

50 mn / 96€

Inspiré de la médecine traditionnelle indienne, ce modelage glissé à l'huile de sésame chaude libère les tensions du corps et de l'esprit. Très relaxant, il dynamise la circulation des énergies et efface les marques de fatigue et de stress.

Modelage mahana aux ballotins

50 mn / 96€

Inspiré des traditions polynésiennes, ce modelage puissant, lent et rythmé, associé à la chaleur relaxante des ballotins de sable et à l'huile tiède de monoï, agit en profondeur et libère les tensions.

Modelage thaï (sur table)

80 mn / 125€

Ce Soin allie l'efficacité du modelage thaï traditionnel et d'un modelage à l'huile. Plus doux, il se caractérise par un enchaînement dynamique de lissages et d'acupressions sur les lignes d'énergie. Ce modelage à l'huile chaude dénoue toutes les tensions, rééquilibre les énergies, apaise le mental et apporte vitalité.

Modelage éveil des sens

80 mn / 125€

Ce massage est une véritable expérience poly-sensorielle corps-esprit ! Laissez-vous porter par les manœuvres relaxantes et énergisantes du massage, et guider par une voix douce et apaisante qui vous invite au lâcher prise, source d'une énergie nouvelle. Un soin signature conçu par nos praticiens et notre instructrice de pleine conscience, pour un bien-être complet inédit.

Nouveauté 2019

Les soins de revitalisation



Détente marine

25 mn / 60€

Dans une piscine d'eau de mer chauffée, en flottaison, laissez-vous bercer par des mouvements doux et lents engagés par le praticien. Ce soin de profonde relaxation vous aide à lâcher prise, à relâcher les tensions du corps et à libérer votre esprit. Un véritable moment de bien-être, de calme et de sérénité, très cocooning.

Modelage énergétique

60 mn / 110€

Un modelage pour soulager les douleurs, détendre le corps et retrouver équilibre et bien-être physique ainsi qu'émotionnel. Grâce à une technique de modelage du corps par les mains, ce soin relance véritablement l'énergie vitale, nommée le Qi. Les blocages engendrés par le stress sont ainsi évacués et tout notre être éprouve une salvatrice quiétude.

Reiki

50 mn / 100€

D'origine japonaise, le Reiki est une méthode énergétique d'apposition des mains sur les chakras. Le praticien travaille sur de nombreuses zones du corps, dont le foie, le pancréas, les jambes, les pieds, la tête, les glandes surrénales, etc, il stimule le système immunitaire, soulage le stress et la douleur, dénoue les tensions émotionnelles et accélère la guérison naturelle du corps. Il favorise un calme physique, émotionnel, mental et spirituel. Et l'apaisement est bien réel !

Nouveauté 2019

Reflexologie plantaire

50 mn / 96€

Effectué par une réflexologue, ce soin permet de localiser et débloquer les tensions par digito pression sur la zone des pieds. Dynamisant pour l'organisme, il harmonise les fonctions vitales, favorise l'élimination des toxines, libère du stress et des tensions nerveuses.

Ostéopathie

50 mn / 96€

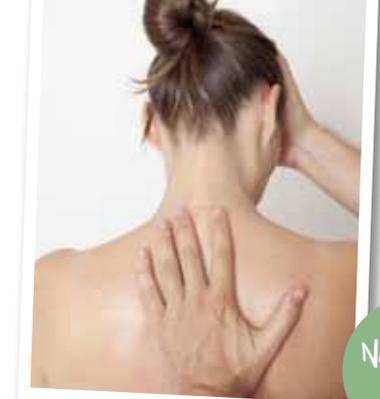
L'ostéopathie est une pratique manuelle de soin et de prévention qui traite de nombreux maux, qu'il s'agisse de troubles physiques, psychologiques ou émotionnels. Chaque séance, effectuée par un ostéopathe, est personnalisée en fonction des besoins de chacun, et offre à votre corps, tout en douceur, un meilleur équilibre et un bien-être inouï.

Bhakti

80 mn / 135€

Entre manœuvres et flux énergétique, ce massage apaisant du corps entier est d'une extrême lenteur et alterne les rythmes – toujours très en douceur – pour que la personne en profite pleinement et se détende en profondeur. Très relaxant, ce massage effectué avec la main toujours en contact et en douce pression sur le corps, détend et libère les énergies. Concentré sur un mieux-être du corps et de l'esprit, il rétablit un véritable équilibre physique et émotionnel. Un massage qui engendre également un lâcher prise ultime.

Nouveauté 2019



Nouveauté 2019

Somato-Psychopédagogie

50 mn / 100€

Fondée par le Pr Bois, également créateur de la fasciathérapie, cette méthode globale place le corps au centre de toutes les préoccupations. Ce soin combine toucher, mouvements très doux et dialogue pour soulager douleurs physiques et souffrances psychiques. Lors de cette pratique manuelle, sur mesure pour chaque personne, on écoute simplement son corps en partant du ressenti, on apprend à gérer nos émotions pour mieux se relier à soi et évacuer stress mental ou physique. La Somato-Psychopédagogie est aussi précieuse pour accompagner les personnes dans un tournant de leur vie, et permet d'être davantage conscient de soi et des autres. Une exploration de son expérience intérieure aux multiples bienfaits !

Modelage détox ventre énergétique

50 mn / 100€

Connu comme notre deuxième cerveau, le ventre est le siège de nos émotions et le reflet de notre état psychique. Ce modelage du ventre et du thorax détoxifie l'organisme, fortifie le corps et permet de relâcher les résistances physiques, émotionnelles et mentales. Ce modelage détox aide notamment à réduire le stress et la fatigue, et vise à libérer les énergies négatives contenues dans l'abdomen et à harmoniser les émotions.



toutes les formules d'abonnement pages 27 et 28

La Beauté visage by Thalgo®

Les fondamentaux

Soin fondamental de la mer

60 mn / 92€

Un soin professionnel sur-mesure qui s'adapte à votre peau et à ses besoins : hydratant, nourrissant, purifiant ou apaisant. Ce soin en profondeur vous apporte un confort immédiat et durable.

Soin fondamental lumière

25 mn / 62€ - 40 mn / 75€

Un soin coup d'éclat sur mesure pour illuminer et embellir le teint. Son secret : un bon nettoyage, suivi d'une pose d'un masque et d'une crème.

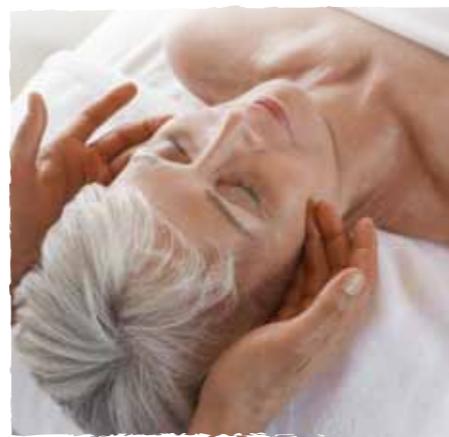
Thalgomen®

60 mn / 92€

Ce soin profond adapté aux besoins des peaux masculines est enrichi en extrait d'algue bleue vitale, complexe énergisant cellulaire. Gommage, masque, modelage, votre peau est dynamisée, équilibrée. Un véritable effet bonne mine !



Les soins anti-âge



Soin contrôle jeunesse sur-mesure

60 mn / 95€

Chaque visage a son histoire et ses besoins. Thalgo propose 3 soins sur-mesure pour lisser et combler vos rides, et raffermir votre peau :

- Premières rides et ridules : soin lisseur collagène
- Rides profondes : soin combleur hyaluronique
- Fermeté : soin silicium lift

Soin Prodige des océans

90 mn / 135€

L'expérience suprême de beauté et de lâcher prise ! Parfaite alchimie entre efficacité et sensorialité, ce soin prodigue les bienfaits revitalisants de l'Intelligence Marine Régénérative (brevet Thalgo). Inspiré d'une technique ancestrale japonaise de lifting manuel, il lisse visiblement les rides, redonne fermeté et élasticité à la peau. Un must et un moment d'exception.

Rituel d'excellence anti-âge

90 mn / 135€

Signature de l'expertise professionnelle Thalgo, ce soin visage associe des actifs marins précieux à une technique de massage exclusive pour une action anti-âge globale. Votre peau est régénérée et liftée, les rides lissées, votre visage est éclatant.

Les soins experts

Thalgoskin expert®

75 mn / 105€

Pour un effet lissant, re-texturant et anti-rides. Ce soin complet de dermabrasion contrôlée se compose d'une séance d'exfoliation intense suivie d'une séance de lumineothérapie. Le sérum et le masque réparateur réamorcent le processus de régénération cellulaire.

I beauty®

Véritable concentré d'efficacité technologique et marine, ce soin instrumental s'adapte à votre peau :

Rénovateur pureté

30 mn / 60€

purifie, désincruste, équilibre

Correcteur d'hydratation

45 mn / 75€

hydrate, ressource profondément

Activateur jeunesse

45 mn / 75€

lift, raffermi, remodèle

Option : modelage visage

15 mn / 20€



Les produits Thalgo sont en vente sur le site de la Thalasso

Future et jeune maman

Modelage Future maman

25 mn / 66€ 50 mn / 96€

Ce modelage doux et enveloppant apporte détente et relaxation. Il permet à la future maman de créer un contact avec le bébé, et l'aide à développer une écoute et à apprivoiser de nombreux changements corporels. Un vrai soin cocooning, proposé du 4^{ème} au 7^{ème} mois de grossesse.

Bulle future maman

1/2 JOURNÉE / 3 soins / 140€

- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 modelage future maman (25 mn)
- 1 soin visage Fondamental lumière (25 mn)

Escapade Future maman

2 JOURS / 4 soins / 228€
Existe en 3 jours

Quelques jours rien que pour vous pour vous reposer et vous faire chouchouter en attendant bébé.

- 1 gommage
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 soin visage Fondamental Lumière (25 mn)
- 1 modelage future maman (50 mn)

Programme Future maman

5 JOURS / 13 soins / 600€
Existe en 4 jours

Une parenthèse de douceur sans aucun risque pour la future maman ni pour son bébé à venir. Ce programme spécifique est en effet constitué de soins extrêmement doux et bienveillants : relaxation marine, prévention des vergetures, modelages vraiment délassants, soins beauté pour prendre soin de soi, séances de détente totale dans l'eau de mer à partager avec le futur papa, etc. Idéal pour se reposer et se retrouver avant l'arrivée de son bébé.

- 1 gommage
- 3 enveloppements fondants hydratants
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 2 modelages future maman (50 mn)
- 2 lits hydromassants
- 1 détente marine
- 1 gymnastique sensorielle périnatale (80 mn)
- 1 yoga future maman
- 1 relaxation future maman (hypnose ou oxygénation avec travail sur le souffle)



Zoom sur...



Bulle de rebozo

105 mn / 250€

Pratiqué par deux femmes, ce soin issu des traditions mexicaines, s'adresse aux jeunes mamans. Après un temps d'échange, la maman reçoit un massage à quatre mains sur tout le corps avec un jeu de couvertures, provoquant une détente extrême.

Le soin se poursuit par un enveloppement cocooning pour réchauffer le corps, puis par des serrages, effectués en 7 points du corps à l'aide d'une écharpe courte tissée en v appelée le rebozo.

Ce soin très cocooning permet de se recentrer, de recontacter son corps qui a subi de profonds changements, de se relaxer et de lâcher totalement prise... Une innovation en thalassothérapie !

Escapade Jeune maman*

2 JOURS / 6 soins / 264€
Existe en 3 jours

Et si c'est de vous que l'on s'occupe! Une parenthèse de calme et de douceur pour votre bien-être.

- 1 gommage
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 soin visage Lumière (25 mn)
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires

Programme Jeune maman*

6 JOURS / 16 soins
+ 2 ateliers bébé / 960€

Ce programme post accouchement, «100 % plaisir» rebooste corps et esprit, et permet réellement de prendre soin de soi, de se reposer et de se faire dorloter tout en partageant d'intenses moments avec son bébé. Loin des contraintes du quotidien, la jeune maman profite de soins beauté, de soins d'hydrothérapie revitalisants, de modelages personnalisés ultra relaxants, dont l'original et novateur Bulle de Rebozo, mais aussi de plusieurs séances de coaching vitalité pour renouer avec son corps.

Un programme très complet qui intègre aussi une séance d'ostéopathie offrant un réel confort de récupération. L'un des autres temps forts de ce séjour, c'est l'atelier bébé ! Un tendre moment de partage en famille et une bonne façon de développer un lien d'attachement avec bébé. Une formule idéale alliant détente, beauté et bienveillance...

- 1 gommage
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 2 lits hydromassants
- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 Bulle de Rebozo (massage 4 mains + bain + enveloppement + resserage)
- 1 modelage crânien (25 mn)
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 séance d'ostéopathie pour la maman
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 3 séances de coaching vitalité (gym spécifique périnée, pilate jeune maman, yoga, ...)
- 2 ateliers massage bébé

**Les soins Jeune Maman sont à pratiquer entre le 3^{ème} et le 8^{ème} mois après l'accouchement, rééducation du périnée faite. Certificat médical obligatoire de non contre-indication du médecin traitant, gynécologue ou sage-femme.*



Les Soins minceur

Body Sculpt

40 mn / 3 zones, 81€

50 mn / 4 zones, 96€

Le nouveau soin minceur professionnel sur-mesure by Thalgo, alliant expertise cosmétique à la technologie brevetée Body Palp, une méthode instrumentale de palper-rouler. Peeling exfoliant ou enveloppement à effet chaud ou froid, s'associent au Body Palp, pour lisser les capitons, raffermir et tonifier la peau, affiner et remodeler visiblement la silhouette. Ce soin personnalisé cible 3 zones au choix parmi : ventre et taille, genoux et cuisses, culotte de cheval et fesses, dos, bras, mollets et chevilles.

Le + : 20 min de Body Palp = 1h de palper roulé manuel.

Soin sculpteur

25 mn / 66€ - 40 mn / 81€

Alliance de techniques manuelles raffermissantes et d'actifs minceurs, ce soin regalant cible et corrige la cellulite, les rondeurs, le relâchement.

Sculpteur detox ventre

25 mn / 66€

Ce soin du ventre est idéal dans une démarche de perte de poids, et permet de soulager les problèmes digestifs. Les manœuvres de palper rouler favorisent l'action minceur et stimulent activement l'élimination des toxines et de la cellulite. Il dénoue un estomac tendu et diminue les ballonnements. Un véritable soin de detox intestinale apportant fermeté, légèreté, et une meilleure digestion.

I pulse 5.1®

40 mn / 72€

En 1 seule séance, bénéficiez de la combinaison simultanée de 5 technologies d'amincissement ! Cet appareil tonifie et lisse la peau, réduit la cellulite et redessine la silhouette. Pour des résultats visibles dès la première séance.



Soin « Perfect Legs » ou « Belles gambettes »

40 mn / 81€

Le soin signature Perfect Legs s'impose ici comme un véritable cadeau pour la beauté des jambes. Il offre un massage manuel drainant, travaillant sur les méridiens, avec des bulles de verre froides, et s'achève par l'application d'une huile sacrée polynésienne scintillante. Ce soin décongestionne, relaxe, agit sur la minceur et sublime les jambes tout en les rendant légères.



Les Programmes minceur

Cartes sur mesure :

3 h / 258€

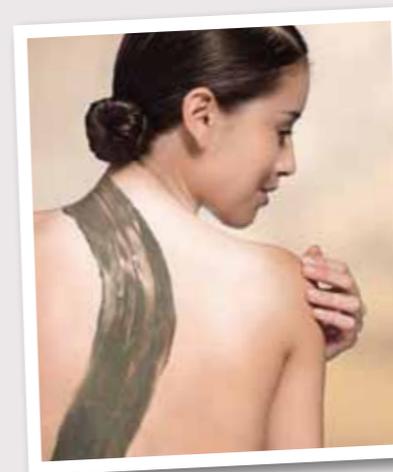
5 h / 420€

10 h / 820€

Acheter du temps de soin et créer votre programme fermeté, parmi les soins :

- Douche à jet silhouette (15min)
- Enveloppement silhouette (30min)
- Bain aromacéane Silhouette (20min)
- Ipulse (60min)
- Bodysculpt (45 ou 60min)
- Sculpteur detox ventre (60min)
- Soin signature «Perfect Legs» (45min)

*le temps de soin décompté sur la carte comprend la durée du soin, l'installation et la désinstallation. Carte nominative valable 6 mois.



Nouveauté 2019

Programme Pep's Legs

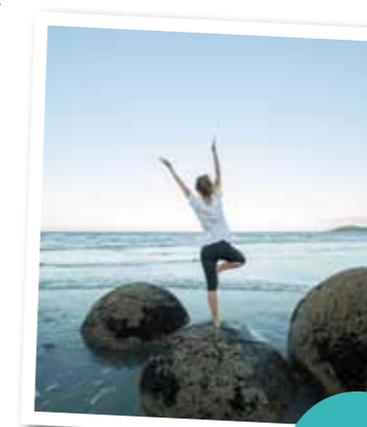
6 JOURS / 18 soins + 1 coaching / 822€
Existe en 4 ou 5 jours

Avoir de belles jambes toute l'année au joli grain de peau, fermes, galbées, toniques, toutes les femmes en rêvent ! Thalasso Concarneau exhausse leurs souhaits, grâce à un combiné de soins ultra pointus.

- 1 gommage indocéane
- 2 enveloppements fondants hydratants
- 2 bains hydromassants aromacéane silhouette
- 3 douches à jet jambes
- 2 frigithérapie
- 2 pressothérapie
- 1 lit hydromassant spécial jambes
- 2 soins bodysculpt (50 mn)
- 1 soin signature Perfect Legs (40 mn)
- 1 drainage lymphatique énergétique (50 mn)
- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 coaching jambes : exercices dédiés, exercices posturaux, marche dans le sable, marche Océan

Le + : les nutriments mis à disposition en chambre pour potentialiser le programme :

- 1 flacon de 500 ml Coach Jambes Légères Thalgo (tonifie, draine, délasse)
- 6 sachets d'Infus'Océane Bio Jambes Légères Thalgo (3 drainage + 3 jambes légères)



Nouveauté 2019

Escapade Starter minceur

3 JOURS / 12 soins / 462€

Au menu, des soins performants pour sculpter la silhouette et raffermir la peau. Le coup de pouce indispensable pour commencer en beauté un programme d'amincissement.

- 1 gommage aquatique
- 2 soins minceur Body Sculpt
- 1 soin sculpteur detox ventre
- 2 bains hydromassants Aromacéane silhouette
- 1 enveloppement detox au thé vert
- 1 enveloppement minceur minéralg
- 2 douches à jet
- 2 séances d'Aquagym ou Aquabike

Programme Défi Fermeté

6 JOURS / 25 soins + 2 rendez-vous, conseils & bilan / 858€
Existe en 4 ou 5 jours

Perdre du poids ou se tonifier ? Le programme nous autorise les deux ! Grâce à l'expertise minceur Thalgo, à des séances sportives et aux soins d'hydrothérapie, la silhouette est resculptée, les muscles renforcés et le processus d'amaigrissement fermement engagé !

- 1 consultation conseil en nutrition, mesure d'impédance, prise de poids, mesure de la silhouette
- 1 gommage aquatique
- 3 soins minceur Body Sculpt
- 2 soins minceur I Pulse
- 1 Sculpteur detox ventre
- 3 bains hydromassants Aromacéane silhouette
- 1 enveloppement detox au thé vert
- 2 enveloppements minceur minéralg
- 6 douches à jet silhouette
- 2 séances de coaching fermeté
- 4 séances d'aquagym ou marche océan
- 1 bilan de fin de cure avec prise de mesures

Le + : séances de marche aquatique dans l'océan* avec notre coach sportif. On bouge et on prend un bon bol d'air iodé !

*Selon la saison.



Retrouvez la cure Mincir en Pleine Conscience pages 19 et 20.

Mieux vivre
en pleine
conscience...



Programme Slow Time

6 JOURS / 18 soins / 978€
+ 1 atelier
Existe en 4 ou 5 jours

Ce programme Slow Time est tout simplement un cadeau que l'on se fait pour développer et nourrir une relation avec soi, tout en agissant en pleine conscience et en pleine présence. Si les soins iodés et certaines activités comptent parmi les plaisirs du séjour et participent à un relâchement total, Thalasso Concarneau initie des techniques innovantes dispensées par des praticiens experts, à l'image du Bhakti massage, du reiki ou de la somato-psychopédagogie. Un programme avec de vrais outils pour se connecter à soi, que l'on peut s'approprier, puis réutiliser.

- 1 gommage aquatique
- 3 enveloppements hydratants et reminéralisants aux 3 algues
- 2 bains Aromacéane détente
- 2 douches sous affusion
- 2 lits hydromassants
- 1 Bhakti massage (80 mn)
- 1 séance de somato-psychopédagogie (50 mn)
- 1 Reiki (50 mn)
- 1 massage énergétique (60 mn)
- 1 séance de détente marine (25 mn)
- 1 massage crânien (25 mn)
- 1 séance d'hypnose
- 1 oxygénation
- 1 atelier parmi : méditation de pleine conscience, marche en pleine conscience, Qi Gong, Do in, Yoga, relaxation, Pilates, oxygénation, ect... Sélection selon planning

Programme Alimentation & Pleine Conscience

6 JOURS / 18 soins / 1 050€
+ 5 ateliers et 2 déjeuners :

Un programme unique et novateur qui s'interroge sur les relations que nous entretenons avec la nourriture, et qui associe soins thalasso minceur, détox et soins marins, à des séances d'alimentation en pleine conscience (Mindful Eating).

- 1 gommage aquatique
- 1 soin minceur Bodysculpt
- 3 bains hydromassants aromacéane silhouette
- 1 enveloppement détox au thé vert
- 2 enveloppements minceur minéral
- 3 douches à jet silhouette
- 1 réflexologie plantaire (orientée sur partie alimentaire)
- 1 modelage aromatique relaxant (50mn)
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 2 séances d'aquagym ou de marche océan (selon la saison)
- 1 oxygénation
- 1 séance d'automassage
- 4 séances de Mindful Eating en groupe (2 séances de 2h + 2 séances de 1h30)
- 1 consultation individuelle (25mn)
- 2 déjeuners ateliers

Le + : OFFERT lors de ce séjour !
le livre du Dr Chozen Bays
Réapprendre à Manger



Réservez vite ! 6 personnes max / séjour !

15 au 20 avril 2019
13 au 18 mai 2019
17 au 22 juin 2019
21 au 26 octobre 2019
4 au 9 novembre 2019



Programme Stress & Pleine Conscience

6 JOURS / 17 soins / 985€
+ 3 ateliers + 2 ateliers en option
Existe en 3 jours

Ce programme a été élaboré pour aider à trouver des réponses aux problématiques du monde moderne (stress, épuisement psychique et physique, perte de repères, ...), à traverser les épreuves de la vie et de notre environnement, et renouer avec soi-même. Avec l'aide de Géraldine Desindes, coach en méditation, on chouchoute son corps tout en prenant soin de son esprit. Méditations, conseils, exercices, mais aussi moments d'échange et de discussion font de ce séjour plaisir un véritable rendez-vous avec soi-même. Sans oublier tous les outils pour poursuivre la méditation à la maison. Exit le stress, la fatigue et les émotions négatives ! On est apaisé, on retrouve de l'énergie, on s'épanouit... On vit mieux, tout simplement !

- 1 gommage
- 3 bains hydromassants Aromacéane détente, Lait précieux ou algues laminaires
- 1 enveloppement détox au thé vert
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 1 douche sous affusion
- 1 séance de détente marine
- 1 séance d'oxygénation avec travail sur la respiration
- 1 modelage sous affusion (20 mn)
- 1 modelage aux coquillages (50 mn)
- 1 modelage crânien (25 mn)
- 1 modelage Indocéane (50 mn)
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 1 séance individuelle d'hypnose (50 mn)
- 1 séance d'auto-massage
- 3 ateliers d'initiation à la méditation de pleine conscience
- 1 déjeuner avec Géraldine Desindes
- 2 ateliers de méditation en option

Réservez vite ! 6 personnes max / séjour !

15 au 20 avril 2019
13 au 18 mai 2019
17 au 22 juin 2019
21 au 26 octobre 2019
4 au 9 novembre 2019
ou en 3 jours / 3 nuits :
31 mai au 2 juin 2019
1er au 3 novembre 2019
6 au 8 décembre 2019



Retraite Yoga & Thalasso

6 JOURS / 15 soins / 1 014€
+ 5 séances de yoga
Existe en 2 jours

Pour débutant ou confirmé, un programme alliant les bienfaits de la thalasso et du yoga. Chaque jour, 2 heures sont consacrées à la pratique du yoga, dispensées par un professeur certifié du site www.getyogi.fr. Détox, relâchement des tensions, acceptation de sa fatigue, soins marins, beauté et bien-être, mouvements et respiration de yoga, méditation, au fil des jours, vous retrouvez énergie, confiance, concentration, équilibre et bien-être. Sans oublier les conseils pour continuer de prendre soin de soi de retour à la maison !

- 1 gommage sucré-salé
- 2 bains hydromassants au lait précieux
- 2 enveloppements détox au thé vert
- 1 modelage Indocéane (50 mn)
- 1 modelage Thai à l'huile (80 mn)
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 modelage crânien (25 mn)
- 1 soin visage Lumière (25 mn)
- 1 douche à jet
- 1 modelage sous affusion (20 mn)
- 1 modelage pierres chaudes ou coquillages (50 mn)
- 1 séance d'Aquadouce
- 1 séance d'auto-massage
- 5 séances de yoga

Le + : des outils à utiliser chez soi au quotidien + 1 mois d'abonnement gratuit au site getyogi.fr

Réservez vite ! 6 personnes max / séjour !

19 au 25 mai 2019
9 au 15 juin 2019
15 au 21 septembre 2019
17 au 23 novembre 2019
ou 2 jours / 2 nuits : 7 au 9 juin 2019



Géraldine Desindes,
coach en méditation

Le Mindful Eating ou mincir en pleine conscience

Exit les régimes hyper protéinés, hypo caloriques, dissociés, etc. Pourquoi ? Parce qu'ils déconnectent totalement le corps de ses vrais besoins et ne fonctionnent pas sur le long terme ! À la Thalasso Concarneau, nous abordons la thématique de la minceur différemment en initiant des techniques et des outils pour mincir qui s'inscrivent dans la durée et vous permettent d'atteindre votre poids de forme, et surtout de le maintenir ! Pour ce faire, nous avons élaboré avec Géraldine Desindes, spécialiste du Mindful Eating et coach en méditation, un programme pour vous aider à mincir – et manger – en pleine conscience – également nommé le Mindful Eating. Au fil des jours, vous réapprenez à écouter votre corps, à vous réconcilier avec lui et vous retrouvez les sensations fondamentales : faim, plaisir et bonheur de se sentir rassasié. Sans compter les calories, vous apprenez à reconnaître les sensations corporelles issues de vos émotions, à les accepter et à les satisfaire même ! Les ateliers Mindful Eating de Géraldine sont une joyeuse et fascinante invitation à la réincarnation de votre propre corps. Vous prenez à nouveau du plaisir à manger... et sans stress ! Mincir pour de bon - et avec le sourire - sans avoir à se mettre au régime, telle est la promesse du Mindful Eating !

Les Programmes Thalasso



Programme Revitalisation

6 JOURS / 18 soins / 978€
Existe en **4** ou **5** jours

Revitaliser et oxygéner notre corps, relancer la circulation des énergies, détoxifier notre organisme, libérer nos émotions... Entre soins de thalasso et modelages relaxants et énergisants, un programme aux bienfaits multiples. Sans oublier le nouvel outil pour son quotidien : l'auto-massage.

- 1 gommage sucré-salé
- 1 enveloppement détox au thé vert
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 3 bains reminéralisants aux algues laminaires
- 2 douches à jet
- 1 modelage énergétique
- 1 modelage détox ventre (50 mn)
- 1 modelage pierres chaudes (50 mn)
- 1 modelage Thaï à l'huile (80 mn)
- 1 modelage crânien (25 mn)
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 soin visage fondamental de la mer (60min)
- 1 séance d'oxygénation avec travail sur la respiration
- 1 séance d'auto-massage

Le + : 1 ampoule Océane chaque jour booste énergie et vitalité !



Programme Vitalité Marine

6 JOURS / 20 soins / 804€
Existe en **4** ou **5** jours

Un concentré de bien-être et de vitalité pour ce programme de soins individuels. En complément des soins essentiels reminéralisants de la thalassothérapie, les modelages quotidiens procurent une détente et un bien-être inégalés.

- 1 gommage aquatique
- 6 modelages (aromatiques relaxants (25 mn), sous affusion (20 mn), détente plantaire (25 mn) ou crânien (25 mn))
- 2 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues
- 2 enveloppements fondants hydratants
- 2 bains hydromassants Aromacéane détente
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 douche à jet
- 1 douche sous affusion
- 1 soin visage Fondamental Lumière (25 mn)
- 1 lit hydromassant
- 1 application de boue marine

Programme Évasion Marine

6 JOURS / 24 soins / 702€
Existe en **4** ou **5** jours

Les essentiels de la thalassothérapie ! Entre soins d'hydrothérapie, enveloppements d'algues et modelages relaxants, votre corps est reminéralisé et revitalisé, votre esprit reboosté !

- 1 gommage
- 3 modelages (aromatiques relaxants (25 mn) ou sous affusion (20 mn))
- 3 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues
- 2 applications de boues marines
- 3 bains hydromassants Aromacéane détente
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 douche à jet
- 1 douche sous affusion
- 6 séances d'Aquagym
- 1 lit hydromassant



Programme Voyage des sens

6 JOURS / 18 soins / 1 020€
Existe en **4** ou **5** jours

Ce programme composé uniquement de soins individuels avec un massage différent chaque jour vous emmène au cœur de merveilleux voyages sensoriels et vous conduit à une sérénité absolue ! Un séjour où soins beauté et hydrothérapie rencontrent des modelages du monde pour une détente durable.

- 1 gommage Polynésien
- 6 modelages : aromatiques relaxants (50 mn), Indocéane (50 mn), crânien (25 mn), aux coquillages (50 mn), détente plantaire (25 mn), Mahana aux ballotins (50 mn)
- 2 bains hydromassants Eau des lagons
- 2 douches sous affusion
- 2 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 enveloppement velours hibiscus
- 1 soin visage Fondamental de la mer + 1 Eye Touch (60 mn)

Programme Beauté marine

6 JOURS / 21 soins
+ 1 bilan I METRIC / 816€
Existe en **4** ou **5** jours

Le programme commence par un bilan I Metric, nouvel outil expert Thalgo de diagnostic de peau permettant d'analyser tous ses besoins et ainsi de lui offrir des soins adaptés. En plus des soins classiques de thalassothérapie qui reminéralisent et revitalisent le corps, modelages et soins beauté Thalgo sont ici prodigués. Et ils sont fabuleux ! Un programme très performant et des résultats visibles.

- 1 gommage Indocéane
- 3 bains hydromassants au lait précieux
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux 3 algues
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 1 enveloppement velours à l'hibiscus
- 2 douches à jet
- 1 lit hydromassant
- 2 modelages aromatiques relaxants (25 mn)
- 1 modelage mahana aux ballotins (50 mn)
- 1 i-beauty
- 1 soin visage Prodige des Océans (90mn)
- 3 séances d'aquagym
- + 1 bilan imetric



Programme Sur mesure

6 JOURS / 18 soins
Existe en **4** ou **5** jours / **1 008€**

A créer selon ses envies, ses besoins, pour un séjour 100% personnalisé. En un mot, votre cure idéale !

12 SOINS INCONTOURNABLES DE THALASSO PARI :

- **Gommage :** Indocéane / Polynésie / au sable rose / aux flocons de sel
- **Bain hydromassant :** algues laminaires / Eau des lagons / lait précieux / Aromacéane détente / Aromacéane silhouette
- **Enveloppement :** algues / fondant hydratant / velours hibiscus / boue marine
- **Hydrothérapie :** lit hydromassant / douche à jet / douche sous affusion / pressothérapie / frigiditérapie / Aquagym

5 SOINS DÉTENTE PARI :

- **Modelage :** aromatique relaxant / Arctique pierres chaudes / détente plantaire / Mahana aux ballotins / aux coquillages / Suédois Indocéane / détente marine / crânien / sous affusion / énergisant au cristal de roche
- **Visage :** Fondamental de la mer / Thalgomen / I Beauty / Eye Expert
- **Corps :** Sculpteur Haute Précision / I Pulse / Body Sculpt / soin signature jambes

1 SOIN D'EXCEPTION PARI :

Balade à Concarneau / Thaï à l'huile sur table / Rituel d'excellence anti-âge / Prodige des océans / Modelage Eveil des sens

Les Programmes courts



Escapade Pure Évasion

2 JOURS / 6 soins / 306€
Existe en **3** jours

Ce séjour conjugue soins d'hydrothérapie vitalisants, massages du monde et enveloppement beauté. Un voyage dans un océan de bien-être...

- 1 gommage Aquatique
- 1 modelage Aromatique (50 mn)
- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 bain hydromassant Eau des lagons
- 1 bain hydromassant au Lait précieux
- 1 enveloppement velours hibiscus

Ado 14 / 15 ans

2 JOURS / 6 soins / 298€
Existe en **3** jours

Ce court séjour, à réaliser avec un adulte, permet à l'ado, fille ou garçon, de s'initier aux bienfaits de la thalassothérapie en se faisant chouchouter, avec une prise en charge adaptée à son âge. L'occasion de se relaxer et d'évacuer le stress – à l'approche des examens par exemple – de profiter de la mer pendant les vacances scolaires ou le temps d'un week-end et de partager d'agréables moments en famille.

- 1 gommage
- 2 bains hydromassants Aromacéane détente, lait précieux et algues laminaires
- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 soin visage Fondamental de la Mer avec option I Beauty (60 mn)
- 1 lit hydromassant

Nouveauté
2019

Escapade Détente Marine

2 JOURS / 6 soins / 238€
Existe en **3** jours

Concentré des fondamentaux de thalassothérapie, pur moment de bien-être, entre soins marins et modelages relaxants. La formule idéale pour relâcher toutes les tensions en un temps record.

- 1 modelage aromatique relaxant (25 mn) ou sous affusion (20 mn)
- 1 enveloppement reminéralisant et relaxant aux 3 algues
- 1 bain hydromassant Aromacéane détente
- 1 lit hydromassant
- 1 bain hydromassant aux algues laminaires
- 1 douche à jet



Escapade Revitalisation

2 JOURS / 6 soins / 314€
Existe en **3** jours

Une escapade salvatrice pour s'oxygéner et recharger ses batteries.

- 1 gommage sucré-salé
- 1 enveloppement détox au thé vert
- 1 bain reminéralisant aux algues laminaires
- 1 douche à jet
- 1 modelage crânien (25 mn)
- 1 modelage Thai à l'huile (80 mn)



Fitness à la carte

Les bienfaits de l'Aquafitness sont indéniables sur votre forme en : améliorant votre résistance et endurance, consommant de 300 à 500 calories/h, renforçant votre tonus, boostant votre énergie et votre humeur, sculptant, galbant, tonifiant votre corps, améliorant votre circulation sanguine, lissant et raffermissant votre peau.

En eau de mer

AquaDouce 45 mn / 18€

Accessible à tous, pour rester en forme et privilégier souplesse et équilibre. 1 séance, 45 mn, 18€

AquaForm' 45 mn / 18€

Activité rythmée et complète, sculpte la silhouette et développe l'endurance.

AquaTonik 45 mn / 18€

Pour les sportifs, travail musculaire dynamique visant à tonifier et affiner l'ensemble du corps.

AquaBike 45 mn / 20€

Du vélo dans l'eau, ça change tout : améliore le tonus et la circulation sanguine des jambes, les affinent.

AquaZen 45 mn / 18€

Travail spécifique sur la respiration, l'équilibre, le lâcher prise... Tout ce dont vous avez besoin pour être plus zen et ainsi vous autoriser à vous détendre dans l'eau.

AquaPilates 45 mn / 18€

Associe tous les bienfaits du Pilates et de l'eau : renforce, tonifie tout en apesanteur... Pour ceux et celles qui se sentent mieux dans l'eau qu'en salle.

AquaBurning 30 mn / 18€

Travail aquatique de haute intensité visant l'affinement musculaire et fort travail cardio !

AquaTraining 45 mn / 18€

Alternance de plusieurs ateliers aquatiques sur un circuit. Travail général du corps sur une musique rythmée et dynamique.

Studio Fit' Zen

Pilates 45 mn / 16€

Développement des muscles profonds, amélioration de la posture, équilibre musculaire et assouplissement articulaire, pour un entretien du corps.

Yoga 45 mn / 16€

Apprendre, approfondir et comprendre les mouvements et la philosophie du Hatha yoga pour harmoniser le corps et l'esprit.

Mai Qi Gong 45 mn / 16€

Sur une base de Qi Gong venez vous recentrer, vous renforcer tout en travaillant votre souffle et l'équilibre de votre énergie.

Fit'Stretching 45 mn / 16€

Travail d'étirements d'un groupe musculaire différent à chaque séance et en synergie avec sa respiration.

Fit'Burning 30 mn / 16€

Alternance de cardio et de renforcement musculaire à haute intensité pour faire remonter votre métabolisme et vous aider à retrouver votre ligne et garder la forme.

***Aquagym :** Prêt de sandales, peignoir et serviette. Vous munir d'un maillot de bain (boxer de bain pour les messieurs), les cheveux doivent être attachés.

***Fitness en salle :** Prêt de serviette. Vous munir de chaussures propres réservées à la salle et d'une tenue adaptée.

***Cours** de 30 ou 45 mn, en musique. 8 personnes par cours.

Valable 6 mois. Maximum de 3 séances par semaine (selon fréquentation).

Accès Spa Marin en supplément : 20 € par séance. À utiliser dans le prolongement du cours d'Aquagym.



Sur la plage

Oxygénation 40 mn / 20€

Profitez d'une marche côtière pour respirer ! Grâce à des exercices simples, apprenez à mieux gérer votre respiration, à vous oxygéner, tout en profitant des magnifiques paysages qui nous entourent.

Marche aquatique océan

40 mn / 25€

Une séance en extérieur, pour profiter des bienfaits de l'océan et de l'air marin vivifiant ! La résistance de l'eau et sa température apportent un vrai travail musculaire et activent la circulation sanguine.

Selon la saison et la météo.

Cartes Fitness / Aqua / Extérieur

Carte 10 séances / 162€

Carte 10 séances + accès spa / 320€



Achetez votre abonnement puis réservez votre séance directement par notre site dédié Deciplus



Cartes et abonnements

Nouveauté 2019

Carte 6 modelages / 520€

«Passeport Voyage de sens»

Balade à Concarneau, Mahana, Indocéane, Thai, Suédois, Arctique.

Cette carte est un véritable passeport pour le voyage : Balade à Concarneau, voyages en Polynésie ou en Thaïlande, découvrez nos 6 modelages du monde pour 6 mois d'évasion.

Voir détail des soins p.9 et 10



Carte détente :

Carte sur mesure : achetez du temps de soin et créez votre programme de relaxation, de :

3 h / 258€

5 h / 420€

10 h / 820€

parmi les soins :

- gommages (30 mn)
- massage (30, 45, 60 ou 90 mn)
- bain et lit hydromassant (20 mn)
- enveloppement (30 mn)
- soin visage I beauty (45 ou 60mn)
- soins visage Fondamentaux (30, 45 ou 75mn)
- soin Visage Anti âge (75 ou 105 mn)

* le temps de soin décompté sur la carte comprend la durée du soin, l'installation et la désinstallation. Carte nominative valable 6 mois.

Nouveauté 2019



La Carte Privissime vous donne accès à un univers privilégié, apaisant, relaxant et vivifiant, des services personnalisés, des cadeaux et avantages exclusifs.

Selon vos envies, choisissez votre durée en toute liberté.

Pour chaque abonnement, bénéficiez :

- d'invitations au Spa Marin pour votre famille ou vos amis
- des offres exclusives toute l'année
- 10% de réduction sur la boutique et sur les soins à la carte
- des cadeaux de bienvenue
- 1 soin de bienvenue
- le prêt du peignoir et de la serviette.



ABONNEMENT Privissime spa

3 mois / 342€

6 mois / 594€

12 mois / 996€



ACCÈS EN LIBERTÉ SPA MARIN



ABONNEMENT Privissime mov'

3 mois / 468€

6 mois / 810€

12 mois / 1 368€

VIP * 5 séances par semaine / 1728€



ACCÈS EN LIBERTÉ SPA MARIN ET COURS COLLECTIFS EN PISCINE ET EN SALLE*

* 3 cours maximum/semaine

* Règlement comptant, en 3 fois sans frais, ou prélèvement automatique mensuel. Voir les conditions détaillées auprès de la réception de la thalasso. Nombre d'abonnements limité



Achetez votre abonnement puis réserver votre séance directement par notre site dédié Deciplus

Faites plaisir
ou faites-vous
plaisir...



Bons et coffrets cadeaux

D'un accès au Spa Marin à une cure de 6 jours, ou un chèque cadeau à transformer comme bon vous semble, il y a toujours une façon de (se) faire plaisir à la Thalasso Concarneau. Demandez nos bons cadeaux à l'accueil de la thalasso ou sur www.concarneau-thalasso.com. Nos Bons Cadeaux sont nominatifs et valables 6 mois à partir de la date d'achat.

Voir conditions de vente sur le site :
www.concarneau-thalasso.com



Les cosmétiques Thalgo

Retrouvez tous les soins utilisés lors de votre séjour dans notre boutique Thalgo sur place ou depuis chez vous grâce à notre boutique en-ligne. Continuez d'offrir à votre peau les meilleurs principes actifs marins pour optimiser votre capital beauté, jeunesse et bien-être.

Informations sur le site :
www.concarneau-thalasso.com

La boutique de la thalasso

Retrouvez à la boutique de la thalasso une sélection de produits à s'offrir ou à offrir : céramiques signatures de Valérie LE ROUX, maillots de bain Simone Perèle, ...

Evènements & Thalasso

Pour un enterrement de vie de jeune fille, un évènement professionnel, un partenariat avec votre comité d'entreprise.

Contactez-nous par mail :
commercial@concarneau-thalasso.com

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE :

HORAIRES :

Soins et Spa marin : du lundi au samedi, de 9h à 18h30, le dimanche jusque 18h.
Spa marin sans soin : voir page 23.
La direction se réserve le droit de modifier les horaires en fonction des saisons ou d'évènements exceptionnels.

RESERVATION :

A la réservation, 50% d'acompte vous sera demandé afin de confirmer vos soins. Nous vous conseillons de vous présenter à l'accueil de la thalasso 30 mn avant le début de votre soin.
En cas de retard, la durée du soin sera écourtée ou le soin annulé. Tout soin non effectué ne pourra être remboursé, cédé ou reporté. En cas de non présentation le jour même, aucun remboursement ne sera effectué.

SPA MARIN

Le bonnet de bain n'est pas obligatoire, mais les cheveux longs doivent être attachés. Pour des questions d'hygiène, les shorts de bain sont interdits.
Le hammam et le sauna étant mixtes, le port du maillot de bain est obligatoire.

LINGE

Peignoir, serviette, sac et sandales sont à votre disposition.
Ce linge est sous votre responsabilité et doit être restitué à la fin de vos soins et activités. Les sandales extérieures ne sont pas autorisées.

SANTE

Merci de nous aviser en cas de problèmes médicaux particuliers.



En cas de grossesse, certains soins sont déconseillés dès les premiers mois. Signalez-le au moment de la réservation.

Si vous présentez des contre-indications aux soins pré-réservés, la direction se réserve le droit de modifier votre forfait ou de l'annuler si vous ne présentez pas un certificat médical (de moins de 3 mois) attestant que vous pouvez effectuer les soins demandés.

AGE REQUIS

Les personnes de moins de 14 ans ne peuvent pas accéder aux activités et soins proposés par l'établissement.

SOINS

Les soins sont réalisés sur une même demi-journée. Dans le cadre des Escapades et Programmes thalasso, les soins sont délivrés en demi-journées alternées (matin/après-midi). Toute modification de contenu des programmes présentés sera soumise à modification tarifaire. Le slip (jetable ou maillot de bain) est obligatoire pendant les soins.

REGLES DE VIE

Pour respecter la quiétude des lieux, l'usage du téléphone portable est interdit. Il est interdit de fumer, de vapoter ou de consommer de l'alcool au sein de la thalassothérapie.

ANNULATION

En cas d'annulation d'un soin à moins de 48h, l'acompte sera conservé. Dans le cadre des Escapades et Programmes thalasso annulés à moins de 10 jours, l'acompte sera conservé. Pour toute annulation de moins de 24h ou rendez-vous non décommandé, la prestation sera due en totalité. Toute annulation devra faire l'objet d'un écrit (email, courrier).

TARIFS

Tarifs TTC, valables pour l'année 2019, susceptibles d'être modifiés sans préavis et selon évolution du taux de TVA en vigueur.



THALASSO CONCARNEAU

SPA MARIN - RESORT ★★☆☆



INFORMATIONS & RÉSERVATIONS :

02 98 75 05 40

contact@concarneau-thalasso.com

36, RUE DES SABLES BLANCS
29900 CONCARNEAU

www.concarneau-thalasso.com

