

Respirer...



THALASSO
CONCARNEAU

SPA MARIN · RESORT ★★★★★

Edito

Thalasso Concarneau Spa Marin
Resort****, l'atout #immunité
pour prendre soin de soi durablement

Depuis bientôt deux ans, nous vivons une situation inédite qui nous a tous profondément touchés, une crise sanitaire majeure qui a bouleversé nos habitudes et nos repères, et mis à mal notre bien-être physique et moral. Les équipes de **Thalasso Concarneau Spa Marin Resort****** mettent plus que jamais toute leur énergie à votre service, pour vous offrir la meilleure expérience de séjour thalasso possible.

En 2022, nous continuons de vous proposer des programmes d'une grande richesse, qui s'adaptent à vos envies et à vos besoins. Grâce à une approche spécifique, combinée à la puissance naturelle de l'eau de mer, le stress est apaisé, le métabolisme est renforcé, et vous retrouvez toute votre vitalité.

Reminéralisant, Slow, Revitalisant, Tonique, Voyage Sensoriel, Régénérant, ... retrouvez des programmes novateurs, aux protocoles uniques, ressourçants et personnalisés pour recharger votre organisme, booster votre immunité, et retrouver la sérénité.

À ne pas rater, notre **nouveau programme « Respire »**, alliance de techniques et de soins experts, conçus pour mieux respirer, se reminéraliser durablement, déstresser, se recentrer, et prendre enfin du temps pour soi.

La sécurité de nos clients et celle de nos collaborateurs a toujours été notre priorité. Le contexte sanitaire continue d'exiger de nous que nous respections les **mesures barrières**, et notre activité est aujourd'hui soumise au **pass sanitaire** et aux évolutions des directives gouvernementales. Rien de ce qui vise à nous protéger n'est superflu.

Aujourd'hui, plus que jamais, l'activité de thalassothérapie s'inscrit dans l'avenir, dans votre avenir et dans celui de votre mieux-être.

Nous vous attendons avec impatience, et avons hâte de prendre soin de vous. À très vite à Concarneau.



Caroline Mahé-Léa
Directrice Thalassothérapie

#énergie

#vitalité

#renforcer

#ralentir

#sérénité

#immunité

#prévention

#douceur

#se ressourcer

#reminéraliser

Sommaire

5 DESTINATION BRETAGNE

7 UN CENTRE UNIQUE

9 HÔTEL RESORT ****

13 LES CURES THALASSO

29 LES COURTS SÉJOURS

33 LES SOINS À LA CARTE

43 INFOS PRATIQUES



Nous réinventons notre métier afin de respecter les contraintes liées à la pandémie Covid-19. Conformément aux mesures sanitaires imposées par le gouvernement et aux préconisations de notre profession, nous demandons à tous nos clients (âgés de 18 ans et plus) de présenter leur pass sanitaire valide à l'accueil de la thalasso et de l'hôtel.

Concarneau, terre de contrastes

Nichée au fond d'une des plus belles baies de Bretagne, cette ancienne place forte appelée la Ville Close est une destination à part, authentique, familiale et métissée. Entre mer et patrimoine, Concarneau en Finistère Sud joue la séduction.

Ville d'art et d'histoire, terre de marins, Concarneau dévoile un îlot fortifié, cœur historique de la ville, mais aussi un port de plaisance,

L'archipel des Glénan

À 1h15 de Concarneau, embarquez pour l'archipel préservé des Glénan : 7 îles principales et une kyrielle d'îlots apparaissant comme par magie à marée descendante. Une véritable plongée au cœur de lagons enchanteurs...

Thalasso Concarneau Spa Marin Resort****

jouit d'un emplacement privilégié, face à la belle plage familiale des Sables Blancs et devant l'école de voile qui dispense nombre d'activités nautiques. Depuis la thalasso, on accède facilement à l'agréable corniche surplombant un chapelet de petites plages typiques. Les amateurs de farniente aimeront aussi les plages de sable fin du Cabellou séparées par des rochers protéiformes le long d'une presqu'île... De ravissantes petites criques accessibles bordent également le sentier des douaniers, soit 19 kilomètres de chemins de randonnée. La Bretagne Sud possède bien d'autres atouts, mais il convient de la vivre pour saisir l'ampleur de son charme exclusif...

Les filets bleus

Fête plus que centenaire, les Filets Bleus honorent en août la mode bretonne à travers un défilé de costumes, des danses et des jeux hauts en couleurs !

Sur les traces des impressionnistes

Partez à la découverte de Pont-Aven et de son Musée ré-ouvert en 2016. Terre d'inspiration de peintres célèbres tels que Paul Gauguin, Paul Sérusier ou Emile Bernard, la ville fourmille, aujourd'hui encore, d'ateliers d'artistes et d'expositions.



La riviera bretonne

Beg-Meil, Fouesnant, Bénodet, Concarneau, ces stations balnéaires du Finistère Sud sont de véritables invitations au farniente, à la balade ou à la contemplation !



Sans oublier la gastronomie

Ville historique des conserveries, les pêcheurs concarnois ramènent dans leurs filets des trésors du fond des mers. Et pour les lichous (gourmands en breton), kouign aman et crêpes au caramel au beurre salé seront vos préférés !

La ville close

Déjà habitée depuis le 14ème siècle, la ville close se dévoile pleinement à ceux qui aiment se perdre dans le dédale de ses rues pavées, entre visites guidées, shopping et flâneries.



UN CENTRE UNIQUE

La plus jeune des Thalassos Bretonnes

Ouverte en 2015, la Thalasso Concarneau réinvente les codes par une décoration intimiste et moderne, créant une ambiance aussi chaleureuse qu'un Spa. Les espaces d'attente et les cabines de soins ont été pensés pour préserver la liberté et la tranquillité de chacun. Entre chaque soin, des salons cosy vous accueillent pour vous détendre, lire ou tout simplement rêver en toute quiétude.

Les cabines

Eclairage raffiné, linge parfumé, musique d'ambiance, table de massage confortable...
Chacune des 21 cabines spacieuses profite des petites attentions qui font les grands moments de détente...

Les équipes

Thalassothérapie à taille humaine, le centre s'est entouré d'une équipe de professionnels, passionnés par leur métier, mais aussi par leur région, dont ils aiment dévoiler les secrets !



Le sauna panoramique

Unique en son genre, l'espace sauna surplombe le Spa Marin pour offrir une vue imprenable sur l'océan. Grâce à la chaleur sèche, les tensions disparaissent, votre corps s'apaise et votre esprit s'évade...



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, jacuzzi, transats à bulles, sans oublier la piscine à contre-courant !
Pour la détente : hammam, sauna, tisanerie.



La tisanerie

Avec sa vue sur le Spa Marin, la tisanerie est l'espace idéal pour un entre-deux soins. Confortablement installé, vous goûtez aux tisanes salvatrices.



Le studio Fit'Zen

Un tout nouvel espace chaleureux pour pratiquer le Yoga, le Pilates, la relaxation, ...

HÔTEL RESORT ****

Comme dans un cocon

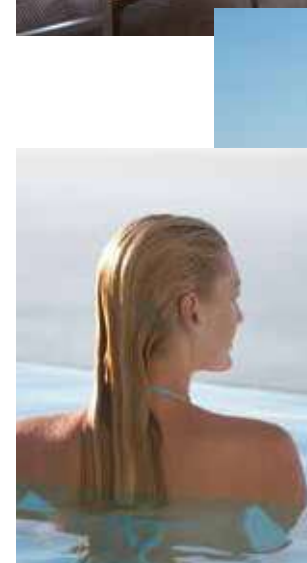
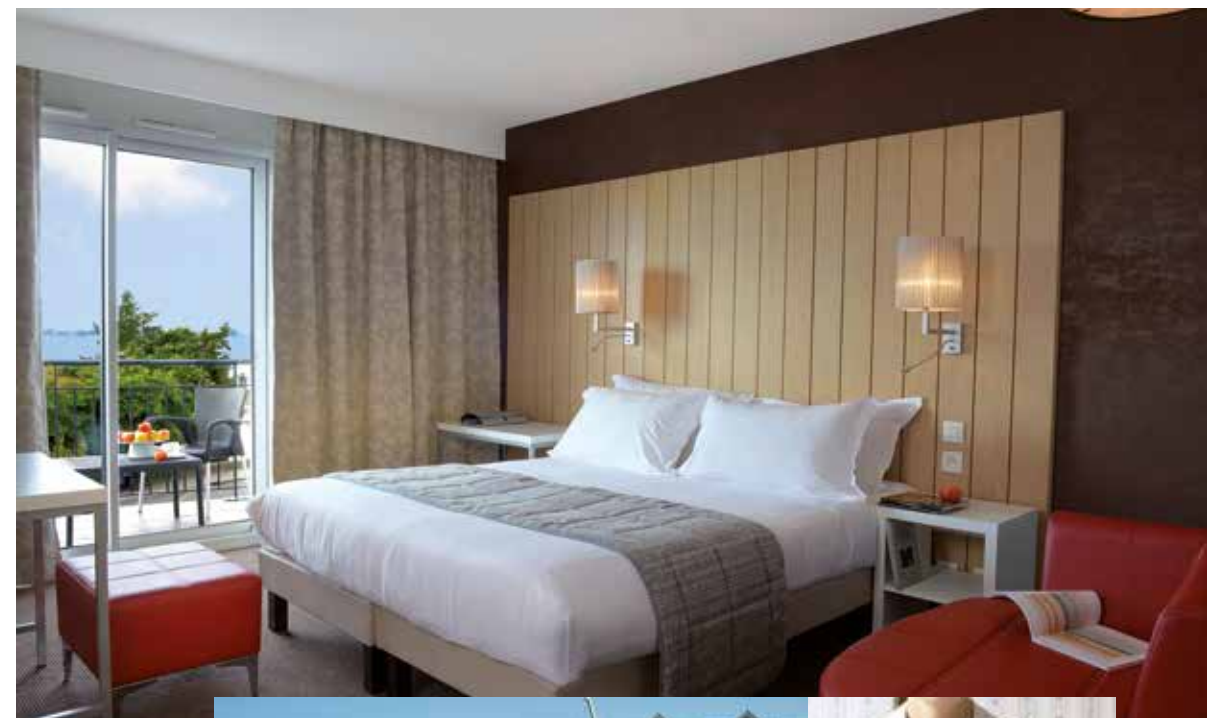
Pour profiter pleinement de son séjour thalasso, rien ne vaut un hébergement à la hauteur de ses envies : restauration alliant terre et mer, salons et restaurants cosy donnant sur l'Atlantique, chambres spacieuses et modernes et appartements tout équipés avec piscine extérieure chauffée, et parking extérieur fermé gratuit.

Bien commencer la journée...
Voilà ce qui vous attend à la Thalasso de Concarneau. Chaque matin un petit déjeuner aux saveurs locales et gourmandes servi par un personnel chaleureux, attentif et discret. Cette parenthèse matinale donnera à votre journée un air de légèreté plein de vitamines.



Confort

Selon vos préférences, vous choisissez votre hébergement parmi nos 68 chambres ou nos 40 appartements à la décoration moderne et sobre. Chacun est équipé d'un balcon ou d'une terrasse, dont la majorité profite d'une vue imprenable sur l'océan. Les appartements, T2 et T3 sont à votre disposition, avec l'accès à toutes les prestations du Resort ainsi qu'à la piscine extérieure chauffée.



Piscine

La piscine extérieure chauffée est à disposition des résidents de l'hôtel (selon la saison).

Service

Pour les résidents, une formule 1/2 pension et une prestation de room-service vous sont proposées 7 jours/7.

HÔTEL RESORT ****

Dans la lumière de la mer

Préparer un soupçon de bonne humeur,
ajouter une once de fraîcheur et un zeste de joie de vivre,
mélanger le tout avec de la courtoisie et du savoir-vivre...
C'est la philosophie de notre équipe
du restaurant « Le Domaine ».
Tout est conçu dans l'art de recevoir
et de la tradition culinaire
avec des produits français.
Nous vous invitons à déguster des plats traditionnels
où chaque produit a son histoire
et chaque goût est un voyage en soi.



Saveurs bretonnes

Au restaurant Le Domaine, les produits locaux
se voient revisités et sublimés pour le plaisir
des gourmets et le bonheur des gourmands.
Le Chef Armando NOGUEIRA donne un nouvel élan
aux mets traditionnels bretons.
Laissez vous tenter par la Saint Jacques aux fraises,
vous serez sous le charme de sa cuisine inventive,
sensible et juste apprivoisant avec finesse
sa Bretagne d'adoption.



Le bar lounge

Notre salon cosy aux fauteuils design
et confortables vous accueille à tout
moment, face aux jardins et à l'océan,
pour prendre un des cafés de notre
sélection du Monde ou déguster
un cocktail maison.

Les programmes sur 5 ou 6 jours



NOUVEAUTÉ 2022

CURE Respire !

6 JOURS / 21 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Pour réapprendre l'essentiel. Nous le savons tous, respirer est vital... Mais bien s'oxygéner est primordial ! Nous respirons sans y penser, sans mesurer à quel point cela agit directement sur notre état de santé global, le stress, la concentration, la gestion du quotidien ou des performances sportives.

Comment respirons-nous ?

Quels sont ces mécanismes qui permettent de développer une meilleure maîtrise de soi, contribuent à renforcer notre système immunitaire, améliorent la qualité du sommeil, boostent notre énergie et nous aident à développer notre potentiel mental et physique ? Bien respirer est un art nécessaire : il nous appartient d'en maîtriser le savoir-faire.

- 1 gommage sous pluie marine
- 2 bains hydromassants de lait
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 3 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 2 douches à jet
- 1 massage aromatique relaxant Respire (50 mn)
- 1 massage Océanique au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 massage signature Eveil des Sens (80 mn)
- 1 soin visage marin aux 3 algues (60 mn)
- 1 détente marine (25 mn)
- 5 séances d'oxygénation
- 1 séance d'Aquazen souffle

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension,
à partir de 1 647 € / personne.

Egalement proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

À noter : la cure commence obligatoirement un lundi.

Le Plus

La performance des techniques respiratoires enseignées
- véritable boîte à outils pour le futur -
associée aux fondamentaux de la thalasso, reminéralisants,
relaxants et défatigants.



La séance d'oxygénation

Comment respire-t-on ? Qu'est-ce que le diaphragme et quelle est sa fonction ? La respiration est vitale et multiple : elle détend, est calmante, sportive, abdominale, claviculaire, complète...

Bien respirer, c'est aussi respirer en pleine conscience, apprendre à être dans le ressenti, comprendre ce qui se passe dans son corps pour mieux interagir avec lui et trouver ses propres solutions. Au fil des séances, la compréhension de ce mécanisme s'affine, les astuces techniques et les bons réflexes restent acquis après le séjour.

CURE Reminéralisante

6 JOURS / 23 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Booster son immunité, reminéraliser son organisme et le détoxifier, s'oxygéner, se recharger en énergies positives... Les bénéfices sont décuplés avec ce programme premium qui puise sa force dans l'univers marin. Les soins d'eau, les soins d'algues et les massages enrichis au sérum d'oligo-éléments reboostent magistralement le bien-être physique et psychique.

- 1 gommage sous pluie marine
- 3 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 3 applications de boue marine
- 4 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 douches à jet
- 1 pluie marine relaxante
- 1 massage Océanique vivifiant au sérum oligo-éléments (50 mn)
- 1 massage relaxant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 soin visage marin aux 3 algues (60 mn)
- 1 lit hydromassant
- 3 séances d'aquagym
- 2 séances d'oxygénation
- + 6 ampoules L'Océane Thalgo, plasma marin hypertonique (1 ampoule / jour)
- + 1 sachet d'algues pour le bain
- + 1 pain de savon aux algues

Les Plus

- Les fondamentaux de la thalasso pour la reminéralisation,
- Le sérum d'oligo-éléments pour recharger l'organisme,
- Des compléments aux algues offerts en chambre.

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 623 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



Les ampoules L'Océane Thalgo

Ce plasma marin hypertonique, pur car non dilué par une autre eau, est particulièrement riche en minéraux (sodium, potassium, magnésium, calcium, ...) et en oligo-éléments essentiels. Obtenu par microfiltration à froid de l'eau de mer puisée au large des côtes bretonnes, près de l'île de Groix, il comprend 84 éléments marins actifs. Un véritable trésor aux propriétés régénératrices et rééquilibrantes remarquables, qui apporte toute l'énergie vitale de la mer.



Le Sérum d'oligo-éléments, un soin reminéralisant exclusif et ultra-concentré à la gelée pure d'eaux-mères de Guérande

Les eaux-mères sont récoltées dans les derniers bassins d'évaporation des salines de Guérande. 8 à 10 fois plus concentrées en minéraux et oligo-éléments que l'eau de mer, elles sont exceptionnellement riches en magnésium, calcium, phosphore, sodium et potassium. Chaque massage est un pur concentré de bienfaits.



CURE Essentielle

6 JOURS / 24 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Un concentré de bien-être pour ce programme de remise en forme, classique de la thalasso, avec dix-neufs soins individuels et cinq soins collectifs. Découvrez des soins essentiels et reminéralisants pour faire le plein d'énergie et booster votre organisme.

- 1 gommage ou 1 gommage sous pluie marine
- 1 massage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 massage crânien (25 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 4 enveloppements reminéralisants et relaxants aux trois algues
- 2 bains hydromassants aromacéane détente
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 douches à jet
- 2 pluies marines relaxantes
- 2 lits hydromassants
- 5 séances d'aquagym

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 359 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



Les trois algues micro-éclatées Thalgo : le secret d'un enveloppement unique

Puisées en mer d'Iroise, les deux algues brunes Laminaria digitata et Fucus vesiculosus ont été sélectionnées pour leur forte teneur en zinc, cuivre et manganèse indispensables à la vie et à la beauté, à la jeunesse et à la santé de notre peau. L'algue rouge Lithothamnium calcareum, très riche en calcium, magnésium, manganèse, fer et iode a un pouvoir détressant, relaxant, apaisant et restructurant. Micro-éclatées et uniques par leur procédé de fabrication, ces trois algues sont d'une richesse exceptionnelle en minéraux, vitamines et oligo-éléments essentiels à un soin hautement qualitatif, reconnu pour ses vertus détoxifiantes, reminéralisantes, purifiantes et régénérantes. Le must absolu.



CURE Vitalité

6 JOURS / 18 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Un programme exclusivement composé de soins individuels pour retrouver énergie et vitalité.

Les soins de thalassothérapie se conjuguent à merveille avec les massages et vous procurent un bien-être inégalé.

- 1 gommage aquatique
- 1 massage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 massage crânien (25 mn)
- 2 massages sous pluie marine (20 mn)
- 2 enveloppements reminéralisants et relaxants aux trois algues
- 1 enveloppement hydratant
- 2 bains hydromassants aromacéane détente
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 douches à jet
- 2 lits hydromassants
- 1 pluie marine relaxante
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)



SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 515 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



Hydrothérapie et vitalité : l'équation parfaite !

Les soins d'hydrothérapie (bain, douche à jets, pluie marine, enveloppement d'algues, etc.) sont des soins iodés qui détendent véritablement le corps, revivifient l'organisme.

Leurs vertus en matière de revitalisation et de reminéralisation sont prodigieuses !

Pourquoi ?

Parce que l'eau de mer et certains éléments issus du monde marin utilisés en thalassothérapie – algues, boues marines, etc. – possèdent le pouvoir de régénérer l'organisme et de soulager certaines affections chroniques. L'eau de mer est en effet riche en sels minéraux essentiels, tels le chlorure de sodium, le calcium, le magnésium, le potassium, qui apportent des minéraux, des oligo-éléments variés et des vitamines, nécessaires au bon fonctionnement de notre organisme. L'eau de mer contient aussi des ions négatifs bénéfiques pour la santé. Tous ces trésors marins participent également à éliminer les toxines, à soulager les articulations sans les traumatiser, à renforcer et assouplir les muscles, à rebooster un organisme « fatigué ».

CURE Voyage sensoriel

6 JOURS / 18 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Pour un lâcher-prise délicieusement dépaysant, ce programme hédoniste associe la découverte d'un massage du monde différent chaque jour à des soins de thalassothérapie et à des moments de beauté.

Au rythme doux de ses escalas, ce voyage polysensoriel bienfaisant conduit à la sérénité et à l'apaisement. Une évasion plaisir, toujours en lien avec l'océan et ses bienfaits.

- 1 gommage Iles Pacifiques
- 4 massages des océans (50 mn) : Océanique vivifiant, Arctique, Indien énergisant, relaxant aux ballotins
- 1 massage crânien ou détente plantaire (25 mn)
- 1 bain hydromassant eau des lagons
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 bain hydromassant de lait précieux
- 2 lits hydromassant
- 2 enveloppements reminéralisants et relaxants aux trois algues
- 2 enveloppements hydratants
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)



SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 653 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits
et en 5 jours / 5 nuits.



CURE Tonique

6 JOURS / 20 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Un programme actif et dynamique qui alterne des soins stimulants, énergisants et revitalisants. Une formule idéale pour se détendre, se reminéraliser et s'oxygéner, pensée pour les sportifs et les actifs qui ont envie de se bouger.

- 1 gommage marin revitalisant
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 2 applications de boues marines
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 3 douches à jet
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage Indien énergisant (50 mn)
- 1 massage Océanique vivifiant au sérum oligo-éléments (50 mn)
- 1 massage Suédois (50 mn)
- 1 massage Relax'Assis (40 mn)
- 2 séances d'aquagym
- 1 séance d'oxygénation
- 2 activités à choisir sur place dans le planning hebdomadaire (Pilates pour travailler sur les muscles profonds, Yoga pour des étirements et une recharge d'énergie, ...)

Les Plus

- Envie d'affronter les éléments marins, de pratiquer ou découvrir un sport extrême ou de glisse ? Les structures partenaires et voisines de Thalasso Concarneau proposent des séances de kite surf, mais aussi de voile, de kayak, de paddle ou encore de longe côte, selon la saison.
- Au cœur de la thalasso, et sans contraintes météo, la salle Fit'zen programme des séances de Yoga, de Pilates ou de relaxation.
- Envie d'activités aquatiques ? La piscine d'eau de mer chauffée organise des cours d'aquagym et d'aquabike, à la carte uniquement.



SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 647 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



CURE Fermeté

6 JOURS / 20 soins
+ 1 rendez-vous, conseils & bilan
Existe en 4 ou 5 jours

Grâce à l'expertise minceur Thalgo, aux séances sportives et aux soins pointus d'hydrothérapie, la silhouette est resculptée, les muscles sont renforcés et la peau retrouve sa fermeté. Avec son action anti-cellulite, le processus d'amincissement est sérieusement engagé !

- 1 consultation conseil en nutrition avec mesure d'impédance
- 1 gommage aquatique
- 2 soins signature Perfect legs (40 mn)
- 3 soins minceur Body Sculpt (40 mn)
- 2 bains hydromassants aromacéane silhouette
- 2 enveloppements minceur au fucus
- 2 douches à jet silhouette
- 1 pressothérapie
- 1 frigidité
- 1 lit hydromassant
- 4 séances d'Aquagym

Le Plus

- 20 mn de Body Palp = 1h de palper roulé manuel.



SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 659 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



CURE Revitalisante

6 JOURS / 18 soins
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.

- 1 gommage au gingembre
- 1 application de boue marine
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 douches à jet
- 1 massage énergétique (60 mn)
- 1 massage détox ventre énergétique (50 mn)
- 1 massage Thaï à l'huile (80 mn)
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 1 massage Océanique vivifiant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 lit hydromassant
- 1 soin visage sur mesure (Spiruline Boost, Hyalu-procollagène, Silicium) (60 mn)
- 1 séance d'oxygénation avec travail sur la respiration
- + 6 ampoules L'Océane Thalgo plasma marin hypertonique (1 ampoule/jour)

Le Plus

- Les compléments alimentaires L'Océane Thalgo boostent énergie et vitalité.

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 659 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



Les ampoules L'Océane Thalgo

Ce plasma marin hypertonique, pur car non dilué par une autre eau, est particulièrement riche en minéraux (sodium, potassium, magnésium, calcium, ...) et en oligo-éléments essentiels. Obtenu par microfiltration à froid de l'eau de mer puisée au large des côtes bretonnes, près de l'île de Groix, il comprend 84 éléments marins actifs. Un véritable trésor aux propriétés régénératrices et rééquilibrantes remarquables, qui apporte toute l'énergie vitale de la mer.

CURE Yoga & Thalasso

6 JOURS / 13 soins
+ 4 séances de yoga

Pour débutant ou confirmé, un programme alliant les bienfaits de la thalasso et du yoga. 4 ateliers de yoga sont proposés en alternance avec les soins.

La pratique des postures - asanas et pranayama - vise à s'assouplir, à renforcer ses articulations, à fortifier son dos et à travailler son équilibre. 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 sous pluie marine
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 1 douche à jet
- 1 massage Indien énergisant (50 mn)
- 1 massage Thaï à l'huile (80 mn)
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage Océanique vivifiant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 1 soin visage sur mesure (Spiruline Boost, Hyalu-procollagène, Silicium) (60 mn)
- 1 lit hydromassant
- 4 ateliers de yoga (Hatha, Yin, ...)
- + 1 ampoule L'Océane Thalgo, plasma marin hypertonique à chaque séance de Yoga

Les Plus

- Des outils à utiliser chez soi au quotidien.
- Les compléments alimentaires L'Océane Thalgo boostent énergie et vitalité.

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 581 € / personne.



CURE Slow

6 JOURS / 16 soins
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 à des techniques innovantes dispensées par des praticiens experts, à l'image du Bhakti massage, ou de la somato-psycho-pédagogie. Un programme avec de vrais outils pour se connecter à soi, que l'on peut s'approprier, puis réutiliser.

- 1 gommage marin
- 3 enveloppements hydratants et reminéralisants aux trois algues
- 1 bain hydromassant aux algues laminaires
- 2 bains hydromassants aromatiques détente
- 2 pluies marines apaisantes
- 1 Bhakti massage (80 mn)
- 1 séance de relaxation sensorielle (50 mn)
- 1 massage énergétique (60 mn)
- 1 détente marine (25 mn)
- 1 massage Eveil des sens (80 mn)
- 1 séance de relaxation guidée (20 mn)
- 1 séance d'oxygénation

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 647 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



La relaxation sensorielle ou somato-psycho-pédagogie

Crée et développée en France par le Pr Danis Bois (kiné, ostéopathe français), cette approche corporelle inédite place le corps et la personne au cœur du soin. Cette pratique manuelle innovante et sur mesure, répond aux besoins de chacun. Par un toucher doux, profond et global, elle permet de soulager douleurs, stress et fatigue ; de retrouver calme, douceur et vitalité, par un enrichissement des perceptions de soi et de son corps, pour un mieux-être au quotidien. Le guidage verbal d'Hélène vous aide à développer vos ressentis tout au long de la séance. Développer cette écoute de soi et de son corps vous apprend à mieux gérer les émotions pour un meilleur rapport à vous-même et aux autres.



CURE Régénérante

6 JOURS / 18 soins
Existe en 4 ou 5 jours

Un programme de soins doux et attentifs, respectueux, réconfortants, particulièrement réfléchi pour toute personne ayant souffert d'une pathologie lourde et d'un traitement post-maladie éprouvant. Une fois les voyants au vert et avec l'accord du médecin, il s'agit de se reconnecter à son corps, intimement, grâce aux soins relaxants en pleine conscience et d'hydratation profonde.

- 1 gommage au gingembre
- 2 bains hydromassants de lait précieux
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 enveloppements hydratants
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 2 lits hydromassants
- 1 rituel corps hydratant Cold cream avec hydratation des mains et des pieds (80 mn)
- 1 soin visage Prodige des Océans (90 mn)
- 1 massage aromatique relaxant (40 mn)
- 1 massage signature « Éveil des Sens » (80 mn)
- 1 détente marine (25 mn)
- 1 séance de relaxation guidée (20 mn)
- 1 séance d'Aquagym
- + 6 ampoules de collagène marin Thalgo 10 000

Le Plus

- Les compléments alimentaires Collagène marin 10 000 Thalgo pour une hydratation globale.

SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 659 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



Les ampoules de collagène marin Thalgo 10 000

Une absorption par voie orale aux bénéfices amplifiés. Indispensable à l'hydratation de la peau, à la régénération des tissus mais aussi pour une régénération interne et une hydratation intense des tissus et de la peau. Certains traitements entraînent une sécheresse corporelle plus ou moins importante. Il est nécessaire de redoubler de vigilance et d'hydratation afin de favoriser la réparation cutanée.

Idéalement, en cure de 20 jours deux fois par an, aux inter-saisons.

CURE Sérénité & Pleine conscience

6 JOURS / 15 soins
+ 3 ateliers + 1 déjeuner

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, enseignante de méditation de pleine conscience, 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 marin
- 1 bain hydromassant aromacéane détente
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 3 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 1 pluie marine apaisante
- 1 séance de détente marine (25 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 1 Bhakti massage (80 mn)
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 1 soin signature Eveil des sens (80 mn)
- 2 séances d'oxygénation avec travail sur la respiration
- + 3 ateliers de méditation de pleine conscience
- + 1 déjeuner atelier avec Géraldine Desindes
- + 6 ampoules L'Océane Thalgo plasma marin hypertonique (1 ampoule / jour)
- + 6 sachets d'Infus'Océanes bio sérénité

Le Plus

- Les compléments alimentaires L'Océane Thalgo boostent énergie et vitalité.



SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 653 € / personne.

Dates proposées en 2022

Du dimanche 20 au samedi 26 février 2022
Du dimanche 12 au samedi 18 juin 2022
Du dimanche 23 au samedi 29 octobre 2022



L'oxygénation

Cette marche côtière accompagnée permet un travail en douceur sur la respiration. Des exercices simples permettent de prendre conscience de notre respiration, mieux la gérer, inspirer profondément cet air iodé et chargé en ions négatifs très facilement assimilables. Bloquer son souffle, expirer longuement, marcher... Des astuces toutes simples pour réapprendre à respirer tout en profitant d'un paysage maritime magnifique. Et garder en mémoire la mécanique de ces exercices apaisants à reproduire chez soi.

CURE Manger en pleine conscience... et mincir

6 JOURS / 16 soins
+ 5 ateliers et 2 déjeuners

L'anti-régime avec le sourire!
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 marin
- 2 bains hydromassants aromacéane silhouette
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux trois algues
- 2 enveloppements minceur au fucus
- 2 douches à jet silhouette
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage détox ventre énergétique (50 mn)
- 1 lit hydromassant
- 1 massage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 2 cours d'Aquagym
- 1 séance d'oxygénation
- + 4 ateliers de Mindful Eating en groupe
- + 1 consultation de Mindful Eating individuelle
- + 2 déjeuners ateliers avec Géraldine Desindes
- + 6 ampoules «Activ Détox» (1 ampoule/jour)
- + 6 sachets d'Infus'Océanes bio drainage

Les Plus

- OFFERT lors de ce séjour ! le livre du Dr Chozen Bays « Réapprendre à Manger ».
- Les compléments alimentaires détox Thalgo.



SOINS + SÉJOUR AU RESORT****

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 659 € / personne.

Dates proposées en 2022

Du dimanche 20 au samedi 26 février 2022
Du dimanche 12 au samedi 18 juin 2022
Du dimanche 23 au samedi 29 octobre 2022



Le Mindful Eating ou mincir en pleine conscience L'anti-régime avec le sourire :)

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 !
Au fil des jours vous réapprendrez à écouter votre corps et retrouverez les sensations fondamentales : faim, plaisir et bonheur de se sentir rassasié.
Grâce aux ateliers de Mindful Eating de Géraldine 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 !





CURE Future maman

5 JOURS / 12 soins
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, 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 au sable rose
- 3 enveloppements fondants hydratants
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 2 massages future maman (50 mn)
- 1 rituel corps cold cream (80 mn)
- 1 méditation guidée
- 1 détente marine (25 mn)
- 1 séance de gymnastique sensorielle périnatale (80 mn) seule ou accompagnée
- 1 séance d'oxygénation avec travail sur le souffle

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
5 jours / 5 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 158 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits.
Uniquement du 4ème au 7ème mois



Massage Future maman

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 4ème au 7ème mois de grossesse.



CURE Maman Bébé*

6 JOURS / 16 soins + 2 ateliers bébé
Existe en 4 ou 5 jours

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 activités 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 Iles Pacifiques
- 1 enveloppement fondant hydratant
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux trois algues
- 2 lits hydromassants
- 1 massage aromatique relaxant (25 mn)
- 1 Bulle de Rebozo (105 mn)
- 1 massage crânien (25 mn)
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 séance d'ostéopathie pour la maman (50 mn)
- 1 soin visage Fondamental de la Mer (60 mn)
- 3 aquagym ou séances Fit'Zen, selon planning
- 2 ateliers massage bébé
- + 6 ampoules L'Océane Thalgo, plasma marin hypertonique (1 ampoule / jour)

Les Plus

- Les compléments alimentaires L'Océane Thalgo boostent énergie et vitalité.
- L'hébergement et petit déjeuners offerts pour l'accompagnant partageant la chambre.
- Le nécessaire accueil bébé en chambre.

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******

6 jours / 6 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 1 641 € / personne.
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et 5 jours / 5 nuits.

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



Bulle de Rebozo

Ce soin d'origine mexicaine a été revisité pour les femmes occidentales et initié à Thalasso Concarneau par Laurence Kerbarh de l'École française du Rebozo, formée au Mexique par une sage-femme de la communauté des Tiappas. Le soin est dispensé par deux femmes : après un temps d'échange, la maman reçoit un massage à quatre mains sur tout le corps avec un jeu de couvertures, procurant une détente extrême. Ce soin innovant en thalasso se poursuit par un bain hydromassant, un enveloppement aux algues et s'achève par un resserage sur sept parties du corps à l'aide du Rebozo, une écharpe courte tissée en V. Un soin très cocooning qui recentre, relaxe et fait totalement lâcher prise.

Les programmes sur 1, 2 ou 3 jours



ESCAPADE Reminéralisante

2 JOURS / 6 soins
Egalement proposée en 3 jours / 3 nuits.

Une escapade reminéralisante qui puise sa force dans l'univers marin.
Les soins d'eau, d'algues et les massages enrichis en gélée pure d'eaux-mères de Guérande reboostent le bien-être physique et psychique.

- 1 gommage sous pluie marine
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux trois algues
- 1 bain hydromassant aux algues laminaires
- 1 douche à jet
- 1 massage relaxant au Sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 lit hydromassant (20 mn)
- + 2 ampoules L'Océane Thalgo, plasma marin hypertonique (1 ampoule/ jour)

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
2 jours / 2 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 556 € / personne.

ESCAPADE Détente Marine

2 JOURS / 6 soins
Egalement proposée en 1 jour / 1 nuit
et en 3 jours / 3 nuits.

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 massage sous pluie marine (20 mn)
- 1 douche à jet
- 1 enveloppement reminéralisant et relaxant aux trois algues
- 1 lit hydromassant
- 1 bain hydromassant aromatique détente
- 1 pluie marine relaxante

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
2 jours / 2 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 476 € / personne.



ESCAPADE Pure Évasion

2 JOURS / 6 soins
Egalement proposée en 1 jour / 1 nuit
et en 3 jours / 3 nuits.

Ce séjour conjugue soins d'hydrothérapie vitalisants, massage et soin beauté.
Un voyage dans un océan de bien-être...

- 1 gommage aux flocons de sels
- 1 massage relaxant aux ballotins (50 mn)
- 1 lit hydromassant
- 1 bain hydromassant eau des lagons
- 1 bain hydromassant de lait précieux
- 1 enveloppement hydratant

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
2 jours / 2 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 542 € / personne.





ESCAPADE Tonique

2 JOURS / 6 soins
Egalement proposée en 3 jours / 3 nuits.

Entre soins stimulants, énergisants et revitalisants, une escapade active et tonique idéale pour se détendre et s'oxygéner.

- 1 gommage sous pluie marine
- 1 enveloppement reminéralisant et relaxant aux trois algues
- 1 bain hydromassant aux algues laminaires
- 1 douche à jet
- 1 massage Océanique vivifiant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 application de boue marine

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
2 jours / 2 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 544€ / personne.



ESCAPADE Fermeté

2 JOURS / 6 soins
Egalement proposée en 3 jours / 3 nuits.

Une escapade réunissant tout le meilleur pour des jambes légères et toniques !

- 1 gommage aquatique
- 1 enveloppement minceur au fucus
- 1 bain hydromassant aromacéane silhouette
- 1 frigidité
- 1 lit hydromassant
- 1 soin signature Perfect Legs (40 mn)

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
2 jours / 2 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 532 € / personne.



ESCAPADE Future maman

2 JOURS / 4 soins
Egalement proposée en 1 jour / 1 nuit
et en 3 jours / 3 nuits.

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

- 1 gommage au sable rose
- 1 enveloppement hydratant
- 1 massage future maman (50 mn)
- 1 soin visage coup d'éclat (25 mn)

 **SOINS + SÉJOUR AU RESORT******
2 jours / 2 nuits chambre double,
1/2 pension, à partir de 470 € / personne.



Les soins et massages



Hydrothérapie

Bain hydromassant

15 mn / 48€

C'est le soin d'hydrothérapie par excellence. Il stimule la circulation sanguine, tonifie les tissus, et procure une relaxation musculaire générale. Ce bain d'eau de mer chauffé à 38°C, reminéralisant et délassant, est enrichi d'huiles essentielles de votre choix :

- eau des lagons, aux notes douces d'agrumes et de fleurs blanches
- bain de lait précieux, aux effluves musquées
- aromacéane détente, rose, lavande et néroli
- aromacéane silhouette, aux huiles essentielles d'agrumes
- algues laminaires, reminéralisant

Douche à jet

10 mn / 48€

Le soin tonique par excellence ! Il réalise, à l'aide d'un jet d'eau de mer, un véritable massage musculaire suivant un tracé précis. Selon la température et la puissance du jet, ce soin a des visées circulatoires, raffermissantes ou minceur.

Pluie marine relaxante

15 mn / 42€

En position allongée, une fine pluie d'eau de mer chaude riche en actifs marins réalise une multitude de micro-massages simultanés sur tout le corps, ce qui vous procure un effet décontractant et relaxant immédiat.



Enveloppements

Enveloppement aux 3 algues

20 mn / 53€

Ce trio d'algues chaudes (fucus, laminaires et lithothamne), 100% naturel, est un concentré d'énergie marine. Il reminéralise et réhydrate l'organisme. Sans oublier l'effet détox, particulièrement efficace en starter minceur.

Enveloppement au fucus

20 mn / 53€

Grâce à son «effet sauna», ce soin enveloppe le corps tout entier dans un cocon fondant qui favorise la sudation.

Enveloppement hydratant

20 mn / 53€

Un soin pour nourrir en profondeur et protéger la peau.

Application de boue de la mer morte

20 mn / 58€

La boue de la mer morte, 100% pure et naturelle, est reconnue pour sa richesse en minéraux (calcium, magnésium, fer, ...). Appliquée chaude sur le dos et les articulations, elle opère une action antalgique, et soulage les rhumatismes.



Les gommages

Gommage Aquatique

20 mn / 64€

Un gommage revigorant et vivifiant aux sels marins et huiles végétales, aux senteurs fraîches et aquatiques.

Nouveauté

Gommage au gingembre

20 mn / 64€

Un gommage riche en poudre de gingembre et à la texture beurre qui fond pour exfolier en douceur. La peau est lissée sans irritations.

Gommage des îles

20 mn / 64€

Un gommage exquis au sable de bora-bora et au sel marin, voyage enivrant aux senteurs de vanille et de coco. Il exfolie votre corps tout en douceur et laisse votre peau douce et veloutée, grâce aux huiles réparatrices de monoï et de jojoba.

Gommage aux flocons de sel

20 mn / 64€

Un gommage frais aux trois sels exfoliants et aux notes de fleurs blanches.

Gommage au sable rose

25 mn / 64€

Subtilement rosé et parfumé, ce gommage précieux associe le sable rose aux délicats cristaux de quartz blanc, pour exfolier et nettoyer la peau tout en douceur.

Les massages incontournables

Massage crânien facial

25 mn / 68€

Ce massage 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.

Relax'Assis

40 mn / 83€

Ce soin profond des épaules, du dos, des bras, de la nuque et du crâne est effectué confortablement assis. Il apaise, calme, élimine le stress, la fatigue, les douleurs musculaires et favorise le sommeil.



Massage aromatique relaxant

25 mn / 68€ - 50 mn / 98€

En duo : 25 mn / 136€ - 50 mn / 196€

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

Massage sous pluie marine

20 mn / 68€

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

Soin du dos

40 mn / 78€

Idéal pour dénouer et libérer les tensions du dos ! Après un gommage purifiant et une application de boue marine chaude décontractante, profitez d'un massage relaxant et délassant.

Massage détente plantaire

25 mn / 68€

Ce massage 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 !

Massage future maman

25 mn / 68€ - 50 mn / 98€

Ce massage 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.

soin signature



Balade à Concarneau

60 mn / 115€

Conçu par nos praticiens, ce massage signature puise son inspiration dans nos origines celtes, traditions bretonnes et secrets de nature préservée. Chaque manœuvre raconte une histoire à la découverte des richesses de Concarneau et de 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

Nouveauté



Massage Océanique vivifiant

50 mn / 104€

Ultra-reminéralisant au sérum d'oligo éléments, ce soin est rythmé comme les vagues. L'utilisation des avants bras permet de nuancer les pressions et de travailler sur les tensions de la voûte plantaire au cuir chevelu. Des manœuvres drainantes relancent la circulation et détoxifient l'organisme. Une véritable expérience anti-fatigue qui booste le moral et l'organisme.

soin signature



Éveil des Sens

80 mn / 150€

Ce soin multi-sensoriel est conçu pour harmoniser et reconnecter le corps et l'esprit en pleine conscience. Les techniques fines de massages sont accompagnées par la voix de Géraldine Desindes, experte en pratique de méditation de Pleine Conscience. Une expérience polysensorielle corps-esprit unique, pour se retrouver ici et maintenant !

Massage Indien rééquilibrant

50 mn / 98€

Inspiré de l'Ayurveda et basé sur la science des Marmas, ce massage glissé à l'huile de sésame chaude apporte un rééquilibrage global. Un soin qui permet de retrouver harmonie entre le corps et l'esprit.

Massage relaxant aux ballotins

50 mn / 98€

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

Massage thaï (sur table)

80 mn / 150€

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

Massage Merveille Arctique

50 mn / 98€

Ce massage d'inspiration deep tissue apporte une grande décontraction musculaire. La chaleur délassante associée à la fraîcheur vivifiante de bulles de glaces libère les tensions.

Massage suédois

50 mn / 98€

Ce massage 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.

Les soins de revitalisation

Bhakti*

80 mn / 150€

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.

Reiki*

50 mn / 103€

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. L'apaisement est bien réel !

Massage énergétique*

60 mn / 118€

Un massage 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.

* Soins proposés exclusivement du lundi au vendredi

Massage détox ventre énergétique*

50 mn / 103€

Connu comme notre deuxième cerveau, le ventre est le siège de nos émotions et le reflet de notre état psychique. Ce massage 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.

Réflexologie plantaire

50 mn / 103€

Effectué par une réflexologue, ce soin permet de localiser et débloquent 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.

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.





Les soins visage Fondamentaux

Soin Fondamental de la mer

60 mn / 94€

Soin sur-mesure et personnalisé selon les besoins de votre peau : hydratant Source Marine, purifiant Pureté Marine, réconfortant ou nourrissant Cold Cream Marine.

Nouveauté

Soin marin aux 3 algues

60 mn / 94€

Soin exclusif thalasso du visage aux Algues Micro-Éclatées, pour rééquilibrer et reminéraliser la peau.

Soin coup d'éclat

25 mn / 68€ - 40 mn / 79€

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.

Soin marin au masculin

60 mn / 94€

Soin sur-mesure au masculin, enrichi en extrait d'Algue Bleue vitale permettant à votre peau de retrouver son équilibre.



LES PRODUITS THALGO
sont en vente sur le site :
www.concarneau-thalasso.com

Les soins anti-âge

Soin Uniformisant Lumière marine

60 mn / 97€ - Idéal en cure de 3 soins / 255€

Créé pour une correction sur-mesure, ce soin progressif, triple exfoliation, est efficace pour toutes les problématiques de teint et de taches pigmentaires. Un résultat visible sur l'uniformité et la clarté du teint.

Soin lissant detoxifiant Spiruline Boost

60 mn / 97€

Un soin détoxifiant, enrichi en Spiruline et boosté en magnésium marin. Il défatigue les traits, donne le teint frais et lisse les premières rides.

Nouveauté

Soin comblant hyalu-pro-collagène

60 mn / 97€

Soin ride à ride associant acides hyaluroniques & pro-collagène marin aux Rollers Boosters, pour une efficacité visible dès le 1^{er} soin.

Soin liftant Silicium marin

60 mn / 97€

Soin raffermissant anti-âge riche en Silicium Marin, intégrant un double masque professionnel unique pour agir efficacement contre les rides et la perte de fermeté.

Soin redensifiant Exception marine

90 mn / 138€

Soin anti-âge global qui, grâce à son massage liftant exclusif, redessine l'ovale, redensifie la peau et apporte des résultats visibles et immédiats.

Soin régénérant Prodige des Océans

90 mn / 138€

Soin prestige anti-âge inspiré d'une technique ancestrale de lifting japonais, ce soin du visage régénérant vous laissera une peau lumineuse et hydratée.

Les soins experts

I beauty®

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

Rénovateur pureté : purifie, désincruste, équilibre

30 mn / 65€

Correcteur d'hydratation : hydrate, ressource profondément

45 mn / 77€

Activateur jeunesse : lifte, raffermi, remodèle

45 mn / 77€



Les Soins minceur

soin signature

Soin anti-cellulite et fermeté Body Sculpt

40 mn / 4 zones / 83€

Le 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 « Perfect Legs »

40 mn / 83€

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 activités en eau de mer

AquaDouce 45 mn / 18€

Accessible à tous, pour rester en forme et privilégier souplesse et équilibre.

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...

AquaBoxing 45 mn / 18€

Un cours sans impact, intensif mais tous niveaux qui permet de brûler des calories, de tonifier votre corps, d'améliorer votre condition physique et votre coordination tout en vous défoulant.

AquaTraining 45 mn / 18€

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

Les activités fitness et extérieur

Pilates 45 mn / 18€

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

Yoga 45 mn / 18€

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

Fit Forever Young 45 mn / 18€

Cours spécifique pour les personnes désirant devancer ou combattre des problèmes d'ostéoporose ou d'arthrose.

Stretching 45 mn / 18€

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

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 de la nature.

* Uniquement du lundi au vendredi et selon la saison.



INFOS PRATIQUES

Bons et coffrets cadeaux faites (vous) plaisir...

D'un gommage 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.

Nos Bons Cadeaux sont nominatifs et valables 1 an à partir de la date d'achat. Demandez-les à l'accueil de la thalasso ou par mail :

Pour un Bon Cadeau hébergement et/ou restauration
resort.concarneau@hmc-hotels.com

Pour un Bon Cadeau soins avec ou sans restauration
contact@concarneau-thalasso.com

Séminaires :

Thalasso Concarneau est l'endroit idéal et ressourçant pour vos séminaires. Dans un environnement calme et verdoyant aux abords de la plage, notre complexe vous offre 3 belles salles de séminaires modulables et entièrement équipées, une offre de restauration inventive et de saison au restaurant Le Domaine, 66 chambres et 40 appartements en résidence, une piscine extérieure chauffée en saison et un espace thalassothérapie Spa Marin dédié à la relaxation et au bien-être.

Afin de préparer au mieux votre séjour chez nous, n'hésitez pas à contacter notre service Séminaires qui vous proposera des prestations sur mesure pour garantir le succès de votre événement professionnel.



Contactez-nous par mail :
commercial.resort.concarneau@hmc-hotels.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

Evènements et partenaires

Vous avez envie d'une activité bien-être et cocooning pour votre événement personnel (enterrement de vie de jeune fille, week-end anniversaire, ...)?

Vous souhaitez organiser un séjour thalasso en groupe ?

Dans le cadre de votre CSE, vous souhaitez faire bénéficier vos collaborateurs d'offres privilèges toute l'année pour leur plus grand bien-être ?

Thalasso Concarneau vous propose des offres dédiées et sur-mesure pour vos week-ends, cures et courts séjours.



Contactez-nous par mail :
commercial@concarneau-thalasso.com
ou commercial.resort.concarneau@hmc-hotels.com

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE :

HORAIRES :

Soins : du lundi au samedi de 9h à 18h30, le dimanche jusque 18h.

Spa Marin : du lundi au vendredi de 9h30 à 19h45, le samedi jusque 18h45 et le dimanche jusque 18h.

Fermetures annuelles le 25 décembre ainsi que deux à trois semaines en janvier.

La direction se réserve le droit de modifier les horaires en fonction des saisons ou d'événements 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.

ANNULATION

En cas d'annulation d'un soin à moins de 48h, l'acompte sera conservé.

Dans le cadre des Escapades et Cures thalasso annulées 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 2022, susceptibles d'être modifiés sans préavis et selon évolution du taux de TVA en vigueur.

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.

Nos programmes thalasso, nos soins et massages n'ont pas de visée thérapeutique.



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 au Spa Marin, aux activités ni aux soins proposés par l'établissement.

SOINS

Les soins sont réalisés sur une même demi-journée.

Dans le cadre des Escapades et Cures 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 sous-vêtement (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, devapoter ou de consommer de l'alcool au sein de la thalassothérapie.



THALASSO CONCARNEAU

SPA MARIN - RESORT ★ ★ ★ ★

36, RUE DES SABLES BLANCS
29900 CONCARNEAU

Pour vos questions et réservations de séjour avec hébergement et soins

HÔTEL RESORT ** ET RÉSIDENCES ******

09 79 99 81 00

(Service réservation ouvert du lundi au samedi, de 10h à 18h)

resort.concarneau.reservation@hmc-hotels.com

www.thalasso-resort-concarneau.com

Pour vos questions et réservations de soins sans hébergement

CENTRE DE THALASSOTHÉRAPIE

02 98 75 05 40

contact@concarneau-thalasso.com

www.concarneau-thalasso.com

