

Thalassa

SEA & SPA

ma pause, mon énergie



SPA & BEAUTÉ

COLLECTION DE SOINS 2020

TROUVILLE

Sommaire

OBJECTIF BIEN-ÊTRE

 éclat	Soins spa visage	06
	Soins visage haute technologie	12
	Soins spa corps	14
 sérénité	Modelages	16
	En Duo	20
	Modelages marins	22
 énergie	Essentiels de thalasso	24
	Club sport	26
 détox	Soins minceur	28
 récupération	Cryothérapie	32
	Respirologie & Pôle bien-Être	34
	Pauses marines	36
	Informations pratiques	38

SPA MARIN : + 33 (0)2 31 14 25 70

Voyage en côte Fleurie
Le charme et l'authenticité des premiers bains de mer, dans un cadre apaisant et lumineux. Ici chaque espace est pensé pour la Sérénité.
La Bienveillance de nos équipes dédiée à votre bien-être global se mêle à l'excellence des soins Spas et Marins, pour vous offrir une parenthèse iodée bienfaisante.
Découvrez des marques de beauté confidentielles et performantes et offrez une révolution technologique à votre peau ou à votre ligne.
Bienvenue aux Cures Marines...

Thalassa
SEA & SPA

Objectif bien-être

Tout est connecté.

Le corps et l'esprit. La beauté, la santé et le bien-être à 360° ! Nos experts vous proposent des solutions simples et concrètes pour vous amener vers le mieux-être au quotidien.

Thalassa
SEA & SPA



éclat

Je veux rayonner et révéler ma beauté.

L'expertise de nos praticiennes alliée à la performance de nos marques cosmétiques et nos technologies de pointe redonneront à votre peau tout l'éclat désiré !



sérénité

Je veux m'apaiser et lâcher prise.

Modelages zen, équilibre, marin, ou en duo, profitez d'un moment précieux et basculez dans une bulle de bien-être...



énergie

Je veux bouger et retrouver la forme.

Se dépenser au grand air et profiter de tous les actifs marins des soins de thalasso, un cocktail idéal pour retrouver vitalité et dynamisme !



détox

Je veux réguler mon poids et trouver mon équilibre.

Faites votre choix entre bilans, conseils personnalisés et soins minceurs de haute précision pour vous aider à retrouver votre ligne !



récupération

Je veux préserver ma santé et mieux dormir.

Soulagez et renforcez votre corps en étant accompagné par les meilleurs experts, c'est la voie d'un bien-être retrouvé...

LA MESURE BY BEFLOW ⌚ 50 min / 60€

Véritable indicateur de votre forme physique, mentale et émotionnelle, mais aussi du stress et de l'anxiété. L'idée : mieux vous connaître pour mieux choisir vos soins !



Les soins spa visage

Par Thalassa Sea & Skin

Des soins Signatures élaborés exclusivement pour Thalassa Sea & Spa alliant gestuelles performantes et cosmétiques riches en actifs marins. Les algues et les oligo-éléments marins, aux bénéfices reconnus, apportent fermeté, hydratation et vitalité à votre peau.

SOUFFLE D'ÉTERNITÉ ⌚ 25 min / 85 €
Peau repulpée et effet anti-âge.

SOUFFLE DE FRAÎCHEUR ⌚ 25 min / 85 €
Coup d'éclat express.

SOURCE D'ÉCLAT ET DE JEUNESSE ⌚ 50 min / 115 €
Réveil anti-âge pour une peau lisse et éclatante.

SOURCE D'HYDRATATION CALMANTE ⌚ 50 min / 115 €
Plénitude d'une peau réhydratée et apaisée.

SOURCE DE PURETÉ ⌚ 50 min / 115 €
Peau purifiée et grain de peau affiné.

Les soins spa visage

Par Gemology

Première marque de cosmétiques aux oligo-éléments précieux, Gemology utilise la puissance du Diamant, de l'Hématite, de la Perle Blanche, de la Malachite mais aussi de l'Améthyste. Une famille de soins aux spécificités uniques qui puisent leurs actifs au cœur des minéraux. Des formules testées scientifiquement, des résultats mesurés, une efficacité prouvée.

SOIN EXPRESS GEL DIAMANT ⌚ 25 min / 95 €

Masque aux 30 actifs pour un coup d'éclat et une peau repulpée.

SOIN GEL DIAMANT ⌚ 50 min / 125 €

Les bienfaits du masque repulpant allié à des manœuvres relaxantes expertes.

SOIN VISAGE ÉCRIN - SUR MESURE ⌚ 50 min / 125 €

Préventif anti-âge.

- Écrin Malachite : nourrissant - peaux sèches
- Écrin Améthyste : matifiant - peaux mixtes
- Écrin Smithsonite : apaisant - peaux sensibles
- Écrin Jaspe rouge : éclat - tous types de peau

SOIN VISAGE PRÉCIEUX ⌚ 80 min / 180 €

Expertise & précision.

- Soin Lumière Hématite : raffermissant & anti-âge - peaux matures
- Soin Perle blanche : éclaircissant & anti-fatigue - peaux ternes, tâches pigmentaires



Les soins spa visage

Par Cellcosmet & Cellmen

Bénéficiez des traitements les plus pointus pour le visage et le corps qu'une science cosmétique avant-gardiste peut offrir. Nous sommes heureux de vous présenter les cosméceutiques suisses issus de la haute technologie Cellcosmet & Cellmen Spa Professional. Basés sur des ingrédients spécifiquement ciblés : cellules bio-intégrales stabilisées actives grâce à la méthode CellControl™, extraits phyto et marins, huiles essentielles 100% pures et naturelles. Ils offriront à votre peau une efficacité incomparable en termes de revitalisation anti-âge.

SWISS PROCOLLAGÈNE YEUX ⌚ 50 min / 130 €

Soin spécifique du contour des yeux aux effets défatigants et anti-rides.

NOUVEAU SWISS ÉCLAT IMMÉDIAT ⌚ 50 min / 160 €

Soin peau neuve aux vertus revitalisantes pour un teint lumineux.

SWISS ÉLASTO-COLLAGÈNE ⌚ 80 min / 200 €

- Élasto-Clarifiant - Soin global revitalisant éclaircissant & raffermissant.
- Élasto-Intensif - Soin global revitalisant anti-âge & raffermissant.

SWISS CELLFACIAL ⌚ 80 min / 230 €

Soin d'exception préventif anti-âge, revitalisant et hydratant en profondeur.

NOUVEAU SWISS CELLFACIAL & YEUX ⌚ 110 min / 290 €

Combinaison anti-âge exceptionnelle : revitalisation de votre visage et lissage de votre contour des yeux.

SWISS PROCOLLAGÈNE VISAGE ET COU ⌚ 80 min / 320 €

Véritable alternative aux injections esthétiques, ce soin remarquable anti-âge pour le visage et le cou remodèle les lignes du visage et lisse instantanément la peau.



Les soins visage haute technologie

Par Gemology

Cryoskin booste la production de collagène et apaise la peau grâce à une brumisation d'azote à -150°C sur le visage, cou, décolleté et cuir chevelu.

EXCLUSIF SOIN SIGNATURE SOUFFLE GIVRÉ CRYOSKIN BY GEMOLOGY* ⌚ 25 min / 105 €
L'efficacité du Masque Gel diamant Gemology allié aux effets immédiats défatigants et lissants de la cryothérapie visage.

Par Softmesolab® by Cellcosmet

Booster vos soins visage par la technologie anti-âge révolutionnaire Softmesolab®. Nouvelle méthode de soins esthétiques anti-âge high tech, non invasifs, indolores et personnalisés. Elle associe l'infusion par micro-courants, la cryothérapie et l'action des LED. Fusionné à l'efficacité et à la précision helvétique de Cellcosmet pour des résultats spectaculairement visibles et immédiats.

EXCLUSIF SOIN BOOSTER SOFTMESOLAB® BY CELLCOSMET ⌚ 80 min / 240 €
Techniques de régénération cellulaire profonde pour un éclat et un raffermissment remarquables.

EXCLUSIF SOIN SIGNATURE SOFTMESOLAB® BY CELLCOSMET ⌚ 110 min / 290 €
Des rides estompées, une peau repulpée, un éclat exceptionnel pour un effet anti-âge révolutionnaire.

EXCLUSIF CELLCOSMET SWISS REJUVENATION PROGRAM ⌚ 110 min + 3x80 min / 900 €

*sous réserve de non contre-indications



Les soins spa corps

Par Thalassa Sea & Skin

GOMMAGE CORPS AUX SELS MARINS ⌚ 25 min / 75 €

- Douceur - aux huiles essentielles de Méditerranée.
- Énergisant - aux sels de l'Atlantique.

HYDRATATION VELOURS ⌚ 50 min / 120 €

Enveloppement chaud nourrissant et hydratant suivi d'un modelage du corps.

BIEN-ÊTRE DU DOS ⌚ 50 min / 120 €

Soin décontracturant et reminéralisant grâce à la combinaison des manœuvres relaxantes et de la chaleur des boues marines.

Par Gemology

GOMMAGE CORPS PRÉCIEUX GEMOLOGY ⌚ 25 min / 85 €

- Perle de nacre - peau scintillante et lissée
- Éclat de mangue - peau éclatante et adoucie

SOINS CORPS PRÉCIEUX GEMOLOGY ⌚ 50 min / 120 €

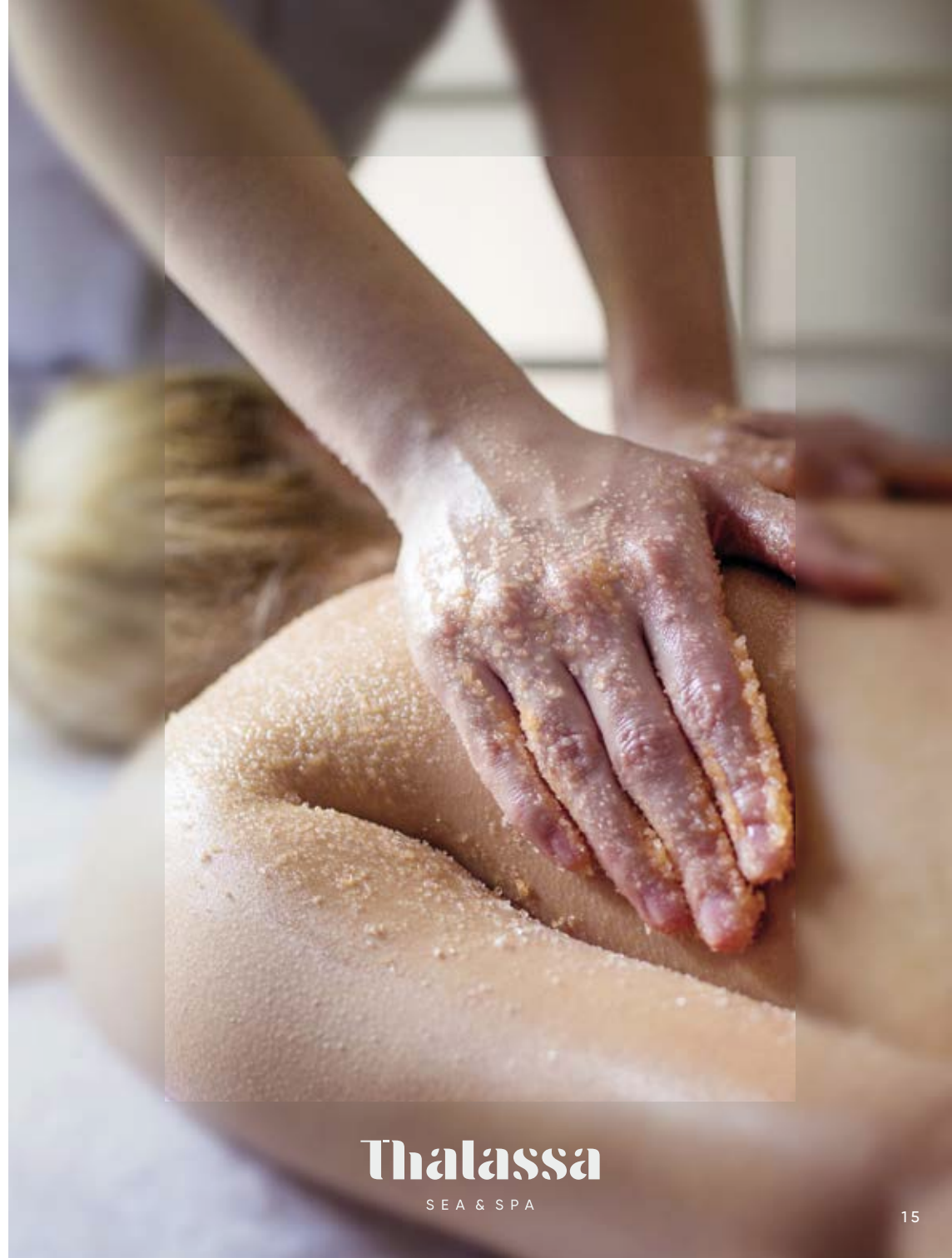
Nos rituels associent successivement un enveloppement et un modelage.

- Soin du volcan Rotorua de Nouvelle-Zélande - Reminéralisant et relaxant.
- Soin chaud froid Rose grenat, menthe et prêle des champs - Tonifiant et fermeté.
- Soin aux feuilles de thé vert et fèves de cacao - Amincissant.

Par Cellcosmet & Cellmen

NOUVEAU SWISS DÉTOX PURIFIANT DOS ⌚ 50 min / 150 €

L'expertise Cellcosmet au service de votre dos pour une action détoxifiante, purifiante et relaxante.



Thalassa

SEA & SPA



Les modelages

Les modelages sérénité

MODELAGE RELAXANT CIBLÉ ⌚ 25 min / 80 €
Au choix, visage & cuir chevelu, dos ou pieds.

MODELAGE CALIFORNIEN ⌚ 25 min / 80 € - 50 min / 120 € - 80 min / 170 €
Aux huiles chaudes, englobant et relaxant.

MODELAGE ABHYANGA ⌚ 50 min / 120 €
Aux huiles chaudes, lâcher prise apaisant.

RITUEL DU MODELAGE À LA BOUGIE ⌚ 50 min / 120 €
À la cire chaude onctueuse nourrissante, délassant.

MODELAGE AUX COQUILLAGES CHAUDS ⌚ 50 min / 120 €
Chaleur englobante & évasion polynésienne.

MODELAGE AUX PIERRES VOLCANIQUES ⌚ 50 min / 120 €
Chaleur diffuse & décontraction globale.

EXCLUSIF

MODELAGE « LES BAINS DE MER » BY GEMOLOGY ⌚ 50 min / 120 € - 80 min / 170 €
Relaxation incomparable. Un soin signature associant un modelage aux pierres de quartz et les bienfaits de l'huile à base de minéraux.

NOUVEAU

MODELAGE À 4 MAINS BY KOS PARIS ⌚ 50 min / 195 €
Harmonie rythmée & bien-être décuplé. Votre corps n'est plus modelé par deux mais par quatre mains sous la glisse de notre huile signature by KOS Paris.

Les modelages énergie

MODELAGE INSPIRATION SUÉDOISE ⌚ 25 min / 85 € - 50 min / 130 €

Profond - musculaire & dynamisant.

MODELAGE BALINAIS ⌚ 50 min / 130 €

Tonique - drainant & remodelant.

MODELAGE THAÏ ⌚ 50 min / 130 €

Dynamique - booster d'énergie.

Les soins équilibre

KANSU ⌚ 25 min / 85 €

Modelage d'inspiration indienne de la plante des pieds à l'aide d'un bol composé d'un alliage de 3 métaux pour rétablir le sommeil, évacuer le stress et la nervosité.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ⌚ 25 min / 85 € - 50 min / 130 €

Modelage des pieds réalisé avec les doigts par pression des zones réflexes de la voûte plantaire.

MODELAGE RÉGÉNÉRANT BY THALASSA SEA & SPA ⌚ 50 min / 130 €

Modelage composé d'une phase détox avec sérum marin frais suivi d'une phase revitalisante avec une huile chaude, ce soin ré-harmonise votre corps.

TUI NA (digipuncture énergétique) ⌚ 50 min / 130 €

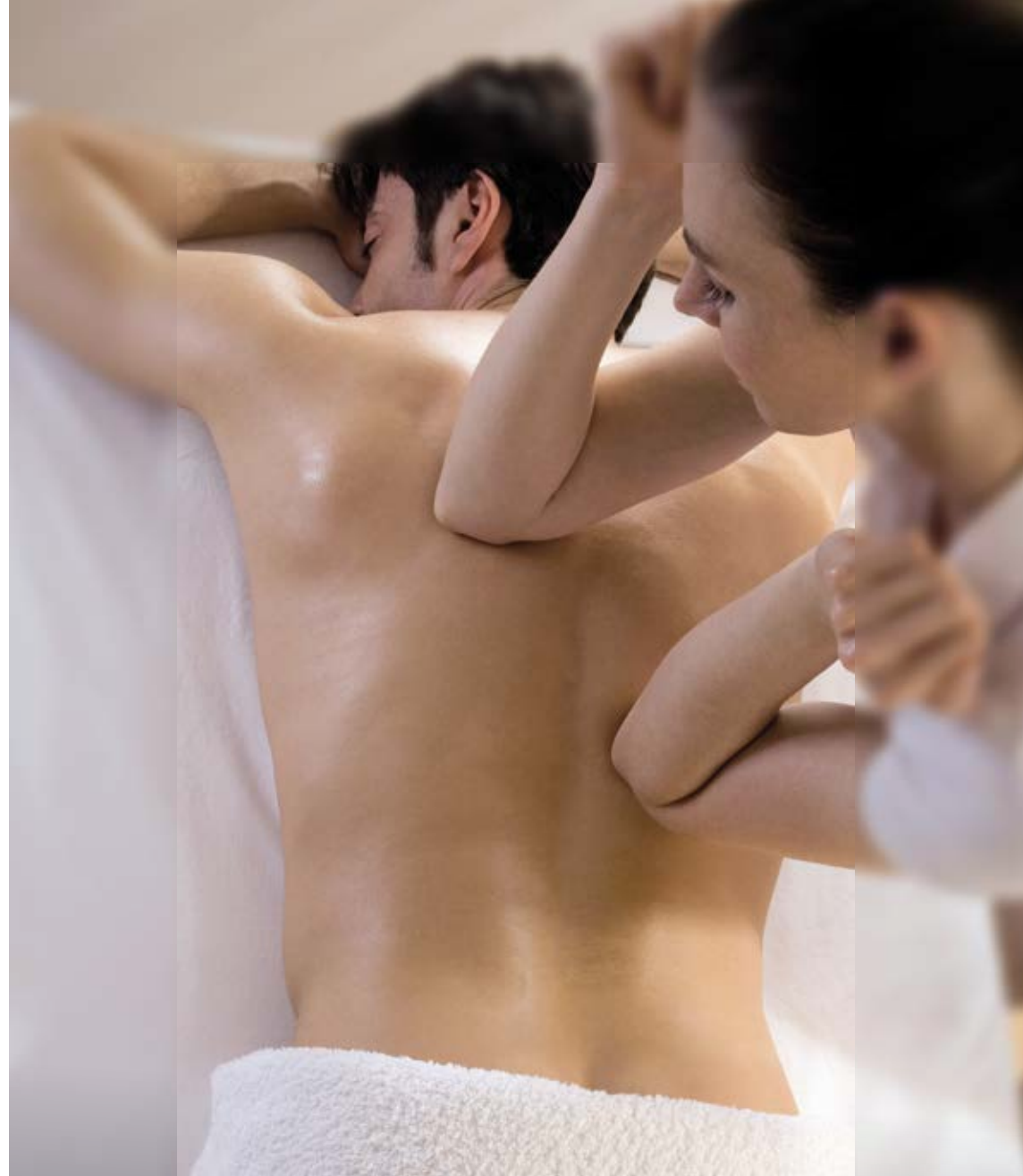
Issu de la médecine chinoise, il est efficace contre le mal de dos, les migraines, le stress, la fatigue, les insomnies. Il permet au corps de faire circuler les énergies et d'accroître le bien-être général.

REÏKI ⌚ 50 min / 130 €

Méthode d'origine japonaise faisant lien entre le corps et le mental, apportant calme, paix intérieure, et bien-être général.

SHIATSU ⌚ 50 min / 130 €

Agit en stimulant et harmonise le flux dans l'organisme et en corrige les éventuels dysfonctionnements par des pressions avec les doigts sur les voies empruntées par l'énergie, les méridiens, ainsi que sur les points d'acupuncture.



Thalassa

SEA & SPA

Les modelages & rituels en DUO

En couple, en famille ou entre amis, retrouvez-vous en tête-à-tête pour partager un moment de bien-être à deux, confortablement installés dans notre cabine duo, véritable écrin intime. Notre sélection de modelages peut être réalisée dans notre cabine duo sur réservation au préalable.

MODELAGE DUO SÉRÉNITÉ ⌚ 50 min / 240 € pour deux personnes
Au choix : Californien, Abhyanga, à la bougie, ou aux coquillages chauds.

MODELAGE DUO ÉNERGIE ⌚ 50 min / 260 € pour deux personnes
Au choix : inspiration Suédoise, ou Balinais.

EXCLUSIF

MASTER CLASS MODELAGE ⌚ 50 min / 170 € - 80 min / 220 € pour deux personnes
Source d'un plaisir partagé, le massage à deux est un moment d'échange, de confiance et d'éveil des sens, pour l'un comme pour l'autre. Réalisé par vos propres soins, accompagnés par un coach expert, le moyen idéal pour ressouder les liens et profiter d'une osmose parfaite.

EXCLUSIF

MÉMORABLE MOMENT MALLERY LES CURES MARINES ⌚ 50 min / 295€ pour 2 personnes
Bougies, parfum, pétales de roses, musique, ½ bouteille de champagne et modelages Californiens, la recette romantique qui fera de cette expérience l'un des moments-clés de votre séjour sur la Côte Fleurie.



Les modelages et gommages marins

VAGUE MARINE ⌚ 15 min / 50€

Jet massant.

- Énergisante : drainante et tonifiante.
- Relaxante : assis, spécifique dos.

DRAINAGE MARIN ⌚ 20 min / 70€

Dans un bain d'eau de mer chauffée, l'hydrothérapeute masse votre corps à l'aide d'un jet et insiste sur vos articulations et vos muscles pour les décontracter.

WATERMASS DÉTENTE ⌚ 20 min / 70€

Palper-rouler drainant à l'eau chaude, pour relâcher les tensions.

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min / 70€

Douces manœuvres drainantes et apaisantes.

GOMMAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min / 70€

Douce exfoliation purifiante et reminéralisante.

Les Modelages marins exclusifs

EXCLUSIF SOIN SIGNATURE DRAINAGE IODÉ BY KOS PARIS ⌚ 25 min / 90€

Dans un bain d'eau de mer chauffée, sur l'ensemble du corps, l'alternance du jet relaxant et des manœuvres expertes à l'huile signature Kos Paris vous apporte un relâchement et une décontraction globale remarquable.

EXCLUSIF MODELAGE À 4 MAINS SOUS PLUIE MARINE BY KOS PARIS ⌚ 50 min / 195€

Sous une fine pluie marine, votre corps n'est plus modelé par deux mais par quatre mains sous la glisse de notre huile signature by KOS Paris.



Thalassa

SEA & SPA



|| énergie

Je veux bouger et retrouver la forme.

Les essentiels de thalasso

Chauffée entre 34 et 36°C, l'eau de mer favorise le phénomène d'osmose permettant aux oligo-éléments et sels minéraux de pénétrer dans l'organisme et de le régénérer. Scientifiquement prouvés, les effets sont ressentis pendant et après votre visite.

Les essentiels marins

BAIN DE MER HYDROMASSANT ⌚ 16 min / 50 €
Vagues de bien-être.

PLUIE MARINE APAISANTE ⌚ 15 min / 50 €
Embruns apaisants.

Les essentiels bien-être

MASSAGE HYDRORELAX ⌚ 15 min / 50 €
Délissant matelas massant.

PRESSOTHÉRAPIE ⌚ 20 min / 50 €
Bottes drainantes pour jambes légères.

SAUNA JAPONNAIS ⌚ 30 min / 60 €
Chaleur intense détoxifiante et relaxante.

Les enveloppements marins

⌚ 20 min / 60 €

- Aux algues laminaires - Reminéralisant
- Aux algues fucus - Amincissant
- À la pâte d'algues thermosudation - Détoxifiant
- Aux boues marines - Décontractant
- Aux algues laminaires et menthe - Fraîcheur des jambes

Le club sport

DIAGNOSTIC CHECK UP HEALTH ⌚ 25 min / 60€

Ce bilan permet à toute personne d'obtenir une cartographie précise de ses capacités et habiletés physiques, par la réalisation de tests issus de la recherche médico-sportive. Point de départ idéal pour une remise en forme adaptée.

Les activités sportives

En bassin, en studio ou sur la plage, une sélection d'activités sportives vous est proposée parmi :

ACTIVITÉS EN BASSIN ⌚ 25 min / 30 €

Aquafitness, Aquapilates, Aquabiking, Aquarelax, Aquafitness power.

ACTIVITÉS EN STUDIO ⌚ 50 min / 30 €

Pilates, Yoga, Swissball Training, Cardio boxing, Cuisses abdos fessiers, Stretching.

ACTIVITÉS EN EXTÉRIEUR ⌚ 50 min / 30 €

Beach walk⁽¹⁾, Beach run⁽²⁾, Sea sand training⁽³⁾.

SEA WALK⁽⁴⁾ ⌚ 50 min / 40€

Activité de marche tonique en mer avec prêt de combinaison.

COACHING INDIVIDUEL, EN STUDIO, ⌚ 25 min / 60€ - 50 min / 90€ EN BASSIN OU EN EXTÉRIEUR

Remise en forme, perte de poids, objectif silhouette, cours de natation, nos coaches vous accompagnent pour un moment sportif entièrement personnalisé.

LES ABONNEMENTS AU CLUB SPORT

Abonnements à la semaine, au mois, au trimestre, ou à l'année, pour profiter des espaces sportifs (salle de sport, bassins), et d'activités variées. Découvrez l'ensemble de nos offres sur notre brochure Le Club Sport ainsi que le planning hebdomadaire des activités sur notre site web www.thalassotrouville.com

(1) Beach walk : marche nordique en plage - (2) Beach run : Jogging en plage

(3) Sea sand training : Ateliers cardio en plage - (4) Sea walk : Marche Aquatique en mer





Thalassa

SEA & SPA



détox

Je veux réguler mon poids et trouver mon équilibre.

Les soins minceurs

Les essentiels minceur thalasso

VAGUE MARINE SCULPTANTE ⌚ 15 min / 50 €
Jet déstockant et drainant.

DRAINAGE MARIN SILHOUETTE ⌚ 20 min / 70 €
Modelage marin désinfiltrant et circulatoire.

WATERMASS SILHOUETTE ⌚ 20 min / 70 €
Palper-rouler drainant à l'eau chaude pour sculpter la silhouette.

Les soins minceur

MODELAGE SILHOUETTE ⌚ 25 min / 85 €
Manœuvres déstockantes et remodelantes pour limiter l'effet peau d'orange.

IDÉAL SILHOUETTE ⌚ 50 min / 120 €
Manœuvres anti-capitons et drainantes suivi d'un enveloppement tonifiant localisé.

Les soins minceur par LPG

LIPOMODELAGE PAR CELLU M6®

Une action anti-cellulite spécifique pour un effet déstockant, raffermissant et lissant.

1 séance ciblée ⌚ 20 min / 70 €

1 séance multi-zones ⌚ 40 min / 100 €

Forfait multi-zones 3 séances ⌚ 40 min / 270€ - 6 séances / 510€ - 12 séances / 940€

L'expertise de notre diététicienne

CONSULTATION DIÉTÉTIQUE (avec impédancemétrie) ⌚ 50 min / 80 €

SÉANCE DE SUIVI ⌚ 25 min / 50 €

FORFAIT DE 5 SÉANCES DE SUIVI ⌚ 25 min / 225 €

NOUVEAU

Vous souhaitez continuer votre expérience détox ou minceur chez vous et profitez d'un suivi à distance personnalisé pour maintenir votre motivation : notre diététicienne vous suit à distance et vous accompagne pour des résultats à longs termes !

SÉANCE DE SUIVI EN VISIO-CONFÉRENCE ⌚ 25min / 55 €

FORFAIT DE 5 SÉANCES DE SUIVI EN VISIO-CONFÉRENCE ⌚ 25 min / 245 €

OLIGOSCAN

Une technologie innovante qui évalue vos besoins en minéraux, oligo-éléments, votre niveau de stress oxydatif et détecte la présence de métaux lourds dans votre organisme de façon rapide et non-invasive au niveau intratissulaire, afin de prendre connaissance de vos carences ou excès en micro-nutriments.

OLIGOSCAN WELLNESS ⌚ 30 min / 30€

OLIGOSCAN SANTÉ ⌚ 45 min / 50 €



Thalassa

SEA & SPA



Thalassa

SEA & SPA

U récupération

Je veux préserver ma santé et mieux dormir.

Cryothérapie

La Cryothérapie corps entier par Cryojet

La solution rapide et efficace pour la prévention, le sport, la santé, le bien-être, ou simplement pour rester jeune et en forme !

La cryothérapie corps entier est l'application d'un froid sec et intense, jusqu'à -170°C , sur la totalité du corps à l'intérieur d'une cabine. En 3 minutes seulement votre corps évacue stress et fatigue. Il récupère et se retrouve régénéré et soulagé. Vous repartez avec la peau tonifiée, l'organisme nettoyé, des douleurs atténuées et un dynamisme époustouflant* !

1 SÉANCE / 50 €

FORFAIT DE 3 SÉANCES / 135 €

FORFAIT DE 6 SÉANCES / 240 €

FORFAIT DE 12 SÉANCES / 450 €

* Sous réserve de non contre-indications.

La respirologie

Maîtriser son souffle pour cultiver l'équilibre et la vitalité. Une promesse de nos séances exclusives de Respirologie basées sur la méthode Vital'Respir™. Les quatre éléments entrent en synergie pour prendre soin de vous lors de séances en petit groupe.

RESPIROLOGIE BULLE D'R ⌚ 20 min / 30 €
En bassin marin pour un lâcher prise immédiat.

RESPIROLOGIE TERRE MER ⌚ 40 min / 40 €
En studio pour réapprendre les bases d'une bonne respiration.

RESPIROLOGIE ÉNERGIE ⌚ 50 min / 50 €
Sur la plage pour se dynamiser et libérer ses émotions.

EXCLUSIF

RESPIROLOGIE SIGNATURE - RELAXATION ONIRIQUE ⌚ 20 min / 60 €
En réalité virtuelle, vivez une expérience de relaxation guidée et unique pour une déconnexion totale.

EXCLUSIF

SOIN SIGNATURE - BULLE DE COTON ⌚ 25 min / 115 €
Entrez dans un univers de lâcher-prise et de bien-être profond en réalité virtuelle et laissez-vous surprendre par la légèreté du massage aux foulards et la précision symphonique d'une pression à 4 mains. Une envolée magique telle une bulle voyageant vers la lune !

LE PÔLE BIEN-ÊTRE

Un collectif des meilleurs experts régionaux spécialisés dans les approches holistiques du bien-être et du corps se rendent disponibles pour vous. L'idée : aller plus loin dans votre quête du bonheur par les thérapies cognitives et paramédicales.

Consultations sur rendez-vous en hypnothérapie, sophrologie, libération psycho émotionnelle, ostéopathie, kinésithérapie, Tui Na, Reiki, méditation, naturopathie.

Pour magnifier votre expérience, l'accès à nos espaces de détente (bassin, fitness, sauna, hammam) est accessible lors de la 1/2 journée de soin.

Infos, tarifs, et renseignements :

www.thalassotrouville.com ou au 02.31.14.25.70



Thalassa

SEA & SPA

Les pauses marines



énergie

Ma pause vitaminée 3 soins par jour / 120 €

Je veux me plonger dans le bien-être.

- 2 soins de thalasso individuels parmi : pluie marine apaisante, bain de mer hydromassant, massage hydrorelax, vague marine, pressothérapie.
- 1 séance d'activité coachée en petit groupe, en bassin, en studio ou en extérieur.



sérénité

Ma pause zen 3 soins par jour / 155 €

Je veux buller et me faire chouchouter.

- 2 soins de thalasso individuels parmi : pluie marine apaisante, bain de mer hydromassant, massage hydrorelax, vague marine, pressothérapie.
- 1 modelage (20 à 25 min) parmi : modelage zen, sous pluie marine, drainage marin, séance de Watermass.



éclat

NOUVEAU **Ma pause bonne mine** 3 soins par jour / 180 €

Je veux pétiller d'éclat.

- 1 soin essentiel de thalasso marin ou bien-être.
- 1 gommage aux sels marins ou enveloppements marins.
- 1 soin du visage Thalassa Sea & Skin de 25 min.

Ma pause précieuse 3 soins par jour / 220 €

Je veux découvrir la cosmétique précieuse par Gemology.

- 1 soin essentiel de thalasso marin ou bien-être.
- 1 soin Gemology (20 ou 25 min) au choix parmi : masque visage gel diamant, soin souffle givré précieux, gommage ou enveloppement by Gemology.
- 1 soin spa corps ou visage Gemology (50 min).



récupération

NOUVEAU **Ma pause jeune maman** 4 soins par jour / 220 €

Je veux récupérer en douceur après bébé*.

- 1 soin spécial maman au choix parmi : gommage aux sels marins ou sous pluie marine, enveloppement jambes légères ou reminéralisant, drainage marin, soins visage par Thalassa Sea & Skin (25 min).
- 1 soin essentiel de thalasso marin ou bien-être.
- 1 modelage (20 ou 25 min) parmi : zen, visage et cuir chevelu, réconfort du dos, kansu, pieds légers ou sous pluie marine.
- 1 activité coachée en studio, en bassin ou en bord de mer parmi : Pilates, aquapilates, stretching, Beach walk, aquabike, aquafitness...

L'accès à notre espace détente vous est offert pour l'achat d'une escale où à partir de 120 € de soins à la carte par personne. L'accès aux installations est possible sur votre demi-journée de soins (de 9h à 13h et de 14h à 18h - 17h le dimanche).

* À partir du 4ème mois après l'accouchement

Informations pratiques

Le temps de prendre son temps : Afin de bénéficier sereinement de vos soins, nous vous recommandons d'arriver à l'institut 30 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.

Réservation : Vous pouvez prendre vos rendez-vous par téléphone au 02 31 14 25 70, depuis votre chambre en appuyant sur la touche « institut » ou sur place auprès de nos hôtes, du lundi au samedi de 9h à 19h et le dimanche de 9h à 17h. Pour confirmer votre réservation, il vous sera demandé un prépaiement de 50% de la réservation. Les tarifs sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis. L'accès au sauna, hammam, bassins, salle de repos et salles de sport est possible pour un minimum de 120 euros de soins ou un soin du Pôle bien-être.

Moyens de paiement acceptés : Carte Visa, mastercard, american express, eurocard, Chèques Vacances, Bon Cadeau MGallery et Thalassa sea & spa, chèque bancaire, espèces.

Annulation / retard : Nous vous remercions de nous faire part de vos annulations au plus tard 24h avant l'heure de votre rendez-vous. En dessous de ce délai, les sommes versées seront conservées. En cas de retard nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin.

Durée des soins : La durée indiquée correspond au temps effectif du soin.

Disponibilité des soins : Les soins sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'accueil de l'institut. Pour un confort optimal, nous vous recommandons de réserver vos soins à l'avance.

Accès aux soins : Le port des sandales est indispensable pour accéder aux espaces humides. Pour accéder à l'espace Forme, tenue et chaussures de sport sont indispensables. Nos forfaits comprennent le prêt du peignoir et des serviettes de bain. Des sous-vêtements jetables sont à votre disposition dans les cabines de soins. Certains programmes de soins ou soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. En outre, une sélection de soins esthétiques peut être proposée. Pour les femmes enceintes, le certificat médical de non contre-indication aux soins de thalassothérapie et au hammam du médecin traitant et une décharge sont obligatoires quel que soit le nombre de jours de soins. Une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès de l'institut.

Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Seuls certains soins de thalasso, soins esthétiques, modelages ou activités physiques sont accessibles aux mineurs et nécessitent un avis médical et une décharge parentale. Ils vous seront envoyés sur demande. Merci de nous transmettre l'ensemble de ces documents dûment remplis avant votre arrivée. L'accès au sauna, hammam, jacuzzi et salle de repos est strictement interdit aux mineurs. Pour les prestations de thalassothérapie de moins de 4 jours, il vous sera demandé de signer une décharge médicale avant de débiter vos soins. Afin de vous prodiguer le meilleur conseil, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé, grossesse, allergies, blessures... Les modelages sont des massages à but non médical ni thérapeutique mais à visée de confort.

Document non contractuel. Pour plus de précisions, reportez-vous aux conditions générales.

Siège social : 31 place de la madeleine 75008 paris – Tél. : 01 43 12 94 20 – Fax : 01 40 17 07 87. Société par action simplifiée au capital de 3 460 799,10 euros r.c.s Paris 485 367 486 – Numéro d'identification intracommunautaire fr 65485367486 – Crédits photos: Photothèque AccorHotels, Thomas M. Barwick INC/GettyImages, La Clef Production, Andresr/GettyImages, Astronaut Images/Caia Images/GraphicObsession, ABACApres/Didier Delmas, David Morganti, Cavan Images/Offset.com, MRI2MAE/MRI3MAE, PeopleImages/GettyImages, Image Source/Offset.com, Jasmina007/GettyImages, Alix Minde/GettyImages, Quentin Lagache-unsplash. – Photos non contractuelles – Réalisation : DH.C

Bon cadeau et bon pour moi

Thalassa
SEA & SPA

Journées thalasso, rituels
Spa ou soins à la carte,
offrez un moment privilégié
à ceux que vous aimez.
Choisissez parmi nos soins
ou définissez un montant
pour votre bon cadeau
à partir de 40 €.

(Bons valables 1 an)



Commander directement sur www.bon-cadeau.thalassa.com ou au +33 (0)2 31 14 26 00

THALASSA TROUVILLE
CURES MARINES
HOTEL THALASSO & SPA
MGALLERY HOTEL
COLLECTION

Boulevard de la Cahotte
14360 Trouville-sur-mer

Plus d'infos et réservation
+33 (0)2 31 14 25 70

h8232-th5@accor.com



#MyCuresMarines
#ThalassaSeaAndSpa

Thalassa.com

