

# Alliance Pornic Thalasso & Spa \*\*\*\* - Pornic

Forfait semaine Prix par personne en francs		du 01.01 au 03.01.26 du 01.02 au 01.08.26 du 23.08 au 26.09.26 du 18.10 au 31.10.26 du 20.12 au 31.12.26			du 04.01 au 31.01.26 du 27.09 au 17.10.26 du 01.11 au 05.12.26 <sup>2)</sup>			du 02.08 au 22.08.26			
		7n / 6j		Nuit suppl.		7n / 6j		Nuit suppl.		7n / 6j	
		sans transport		avec soins		sans soins		sans transport		avec soins	
<b>Patio</b>	Double Indiv.	<b>2160.-</b> <b>2720.-</b>	<b>325.-</b> <b>405.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>1985.-</b> <b>2475.-</b>	<b>300.-</b> <b>370.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2300.-</b> <b>2860.-</b>	<b>345.-</b> <b>425.-</b>	<b>Sur demande</b>	
<b>Littoral</b>	Double Indiv.	<b>2335.-</b> <b>2965.-</b>	<b>350.-</b> <b>440.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2195.-</b> <b>2685.-</b>	<b>330.-</b> <b>400.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2440.-</b> <b>3095.-</b>	<b>365.-</b> <b>460.-</b>	<b>Sur demande</b>	
<b>Océan</b>	Double Indiv.	<b>2580.-</b> <b>3280.-</b>	<b>385.-</b> <b>485.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2370.-</b> <b>2930.-</b>	<b>355.-</b> <b>435.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2720.-</b> <b>3420.-</b>	<b>405.-</b> <b>505.-</b>	<b>Sur demande</b>	
<b>Premium Océan<sup>1)</sup></b>	Double Indiv.	<b>2860.-</b> <b>3630.-</b>	<b>425.-</b> <b>535.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2595.-</b> <b>3245.-</b>	<b>390.-</b> <b>480.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2990.-</b> <b>3770.-</b>	<b>445.-</b> <b>555.-</b>	<b>Sur demande</b>	
<b>Suite Junior</b>	Double Indiv.	<b>3280.-</b> <b>4120.-</b>	<b>485.-</b> <b>605.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>2895.-</b> <b>3595.-</b>	<b>430.-</b> <b>530.-</b>	<b>Sur demande</b>	<b>3315.-</b> <b>4190.-</b>	<b>490.-</b> <b>615.-</b>	<b>Sur demande</b>	
Supplément pension complète traditionnelle, détox ou ayurvédique		<b>280.-</b>	<b>40.-</b>	<b>40.-</b>	<b>280.-</b>	<b>40.-</b>	<b>40.-</b>	<b>280.-</b>	<b>40.-</b>	<b>40.-</b>	
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		<b>690.-</b>	-	-	<b>690.-</b>	-	-	<b>690.-</b>	-	-	
Supplément par chambre pour choix de l'orientation ou du numéro		<b>50.-</b>	-	-	<b>50.-</b>	-	-	<b>50.-</b>	-	-	

## PROMOTION

**Solo Du 17.01 au 24.01, du 07.03 au 14.03, du 17.05 au 25.05, du 07.06 au 15.06, du 05.07 au 12.07, du 13.09 au 21.09, du 27.09 au 05.10 et du 21.11 au 28.11, supplément single offert (appliquer les tarifs en chambre double - dates sujettes à modification en cours d'année)**

## PRESTATIONS INCLUSES

Le forfait 7 nuits/6 jours comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Remise en Forme (24 soins - choix orientation détente ou équilibre)
- Visite de santé
- Un cadeau surprise «Alliance Pornic»
- Transferts aéroport/hôtel et retour offerts certains jours\*

## HEBERGEMENT

<sup>1)</sup>**Chambre Premium Océan:** chambre avec vue panoramique sur l'Océan et avec avantages supplémentaires (peignoirs et mules à dispo en chambre, suppl. «room-service petit-déjeuner» offert, 2 oreillers ergonomiques à dispo en chambre, 2 produits «routines beauté» format voyage offert et boissons rafraichissantes dans le minbar à l'arrivée offertes)

**Autres catégories de chambres:** Suites (prix sur demande)

<sup>2)</sup>**Fermeture annuelle:** du 06.12 au 19.12.26 inclus

**A noter:** taxe de séjour à régler sur place

## TRANSPORT ET TRANSFERTS

**Avion:**

- **Vol direct easyJet de Genève à Nantes et retour.** Prix sur demande.

**Transferts:**

- Aéroport de Nantes/hôtel/aéroport:

- \*avec la navette de l'hôtel pour une arrivée/départ en milieu de journée par vol easyJet 1301/1302 le samedi de novembre à mars, resp. le dimanche par vol easyJet 1379/1380 d'avril à juin et de septembre à octobre et le dimanche par vol easyJet 1377/1378 en juillet et août, offerts

- avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à 12h25 et 16h25 et/ou un départ de vol à 13h30 et 17h30:

CHF 38.- par personne et par trajet

- en taxi, prix indicatif: 90 € (semaine), 130 € (nuit, dimanche et jour férié) par trajet

- Gare de Nantes/hôtel/gare:

- avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à Nantes à 12h et 16h et/ou un départ de l'hôtel à 11h15 et 15h15: CHF 38.- par personne et par trajet

- en taxi, prix indicatif: 95 € (semaine), 140 € (nuit, dimanche et jour férié) par trajet

**Location de voiture:** prix sur demande

**Parking:** parking extérieur de l'hôtel gratuit. Bornes de recharge pour voitures électriques à disposition.

## PROGRAMMES THALASSO

**Remise en Forme Détente:** compris dans le forfait de base

6 jours/24 soins - 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants, 1 application d'argile des Moutiers, 1 enveloppement d'argile authentique, 3 jets pression, 3 douches sous pluie marine, 2 massages de 20 min aux huiles chaudes, 1 séance de pressothérapie ou de stimulation veino-lymphatique, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 6 cours collectifs (stretching en piscine, relaxation créative ou méditative, gym piscine).

**Remise en Forme Equilibre:** sans supplément

6 jours/24 soins - 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants, 1 application d'argile des Moutiers, 1 enveloppement d'argile authentique, 3 douches sous pluie marine, 1 jet sous affusion, 2 massages de 20 min aux huiles chaudes, 2 séances de lit à vibration Andumédic, 1 séance de lit hydromassant, 1 séance de pressothérapie ou stimulation veino-lymphatique et 6 séances de kiné aquatique ou de relaxation créative.

**Privilegé:** supplément CHF 300.-

6 jours/24 soins individuels - 4 soins par jour soit 6 massages de 20 min aux huiles chaudes, 2 applications d'argile des Moutiers, 12 soins individuels d'hydrothérapie, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic et 2 séances de pressothérapie ou de stimulation veino-lymphatique.

**Suprême:** supplément CHF 450.-

6 jours/24 soins individuels - 4 soins par jour soit 6 massages de 20 min aux huiles chaudes, 6 applications d'argile des Moutiers, 9 soins individuels d'hydrothérapie, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic et 1 séance de pressothérapie ou de stimulation veino-lymphatique.

**Harmonie Dos ou Rhumato (du lundi au samedi):** supplément CHF 450.-

6 jours/27 soins - 4 à 5 soins par jour soit 7 soins individuels d'hydrothérapie, 6 applications localisées d'argile des Moutiers, 1 atelier postural avec un kinésithérapeute, 2 séances de kiné aquatique et, selon l'orientation choisie, 6 séances de Shiatsu dos ou séance de kinésithérapie de 20 min, 3 séances de rééducation du dos en bassin, 2 séances de lit à vibration Andumédic (orientation anti-douleur) ou 6 massages Shiatsu ou séance de kinésithérapie de 20 min, 3 séances de rééducation en bassin et 2 stimulations veino-lymphatiques (orientation rhumato).

**Eveil des Sens:** supplément CHF 525.-

6 jours/22 soins - 3 à 4 soins individuels par jour, soit 6 bains hydromassants aux huiles essentielles, 2 jets pression, 3 enveloppements au choix (algues, coton, hibiscus, spiruline ou beurre de karité), 1 séance de lit hydromassant, 2 séances de lit à vibration Andumédic<sup>1)</sup>, 1 massage visage et cuir chevelu (20 min), 1 massage de 50 min au choix (à la Bougie, Joya Maya, Californien, Equilibre, Signature Sensoriel ou Côte de Jade), 2 massages aux huiles chaudes (20 min), 1 massage jambes toniques aux huiles aux huiles essentielles de menthe poivrée et de romarin camphré ou 1 shiatsu dos (20 min) et 3 séances de cryothérapie ou séances de Détox infrarouge.

**Thalasso & Secrets du Monde:** supplément CHF 645.-

6 jours/28 soins - 4 à 5 soins par jour soit 12 soins individuels d'hydrothérapie, 1 séance de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 3 séances de détox infrarouge, 1 gom-

mage corps, 1 soin visage signature Alliance-Phytomer (50 min), 2 massages exclusifs de 50 min (au choix), 1 réflexologie plantaire chinoise (50 min), 2 massages de 20 min (parmi: kansu, shiatsu dos à l'huile de sésame, aromatique aux huiles bio ou jambes légères), 2 massages du visage et cuir chevelu (20 min) et 3 enveloppements au choix (algues, coton, hibiscus ou spiruline).

**Ojas Ayurveda (du lundi au samedi):** supplément CHF 900.-  
6 jours/19 soins, 2 consultations & 5 ateliers - 3 soins par jour soit 1 soin visage Dermo Perfecteur (1h20), 6 bains hydromassants aux algues, 6 soins de thalasso à choix parmi douche sous pluie marine, douche à jet, enveloppement d'argile authentique et jet sous affusion, ainsi que 6 soins ayurvédiques de 1h20 déterminés selon votre constitution (Abhyanga, Kansu, Navrakizhi, Podikizhi, Nasya, Sirodhara ou Udvartana), 5 ateliers (yoga, méditation ou réveil corporel et introduction sur l'ayurveda) et 2 consultations ayurvédiques. Repas ayurvédiques au restaurant la Terrasse.

**Sensation Libre:** supplément CHF 900.-

6 jours - cure Thalasso & Spa sur mesure, incluant chaque jour 2 soins individuels d'hydrothérapie au choix et des soins Spa à choisir librement parmi les soins à la carte (3 possibilités par jour: 1 soin de 1h20, ou 1 soin de 50 min et 1 soin de 20 min ou 3 soins de 20 min).

**Immuno-Marine:** supplément CHF 645.-

6 jours/31 soins avec comme objectif la reminéralisation et la régénération - au programme, 4 bols d'air Jacquier, 6 enveloppements d'algues rouges ou d'argile authentique, 13 soins individuels d'hydrothérapie, 1 gommage corps à la coquille d'huître sous pluie marine, 2 massages sous affusion, 5 massages aux huiles chaudes (20 min) et 1 soin visage signature Alliance-Phytomer (50 min). Également inclus dans la cure: 1 séance d'Oligoscan, 1 consultation diététique et 1 visite médicale approfondie.

**Anti-Age<sup>1)</sup>:** supplément CHF 900.-

6 jours/29 soins & activités - 4 à 5 soins par jour soit 12 soins individuels d'hydrothérapie, 3 enveloppements raffermissants, 3 soins intensifs beauté corps anti-âge de 50 min, 3 soins intensifs visage Phytomer, de 1h ou 1h20, 3 séances de lipomodélage-LPG (50 min), 1 séance bilan Imoove-fit, 2 séances Imoove-fit, 1 séance d'impédancemétrie et 1 séance d'Oligoscan.

**Silhouette (du lundi au samedi ou du mardi au dimanche)<sup>1)</sup>:** supplément CHF 525.-  
6 jours - 4 à 5 soins par jour avec 2 orientations à choix: **Minceur/Anti-Cellulite** (30 soins) ou **Détox** (30 soins). Consultation diététique avec Oligoscan incluse. Pension complète détox avec repas au restaurant bio «La Terrasse» vivement conseillée.

**Résolution Sport (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>:** supplément CHF 525.-

6 jours/19 soins - 5 **matinées sportives:** sortie nature en marche rapide avec possibilité de footing léger en alternance, séance de tonification musculaire, suivie d'un cours de stretching en salle ou en bassin. Bilan et conseils personnalisés d'un coach. 6 **après-midis détente:** récupération et soins - 2 à 3 soins par jour soit 6 soins individuels d'hydrothérapie, 3 applications d'argile des Moutiers ou séances de cryothérapie ou séances de Détox infrarouge 1 séance de cryo/pressodynamie ou de stimulation veino-lymphatique, 2 séances de lit Andumédic, 1 séance kiné, 1 soin de

50 min à choix (soin visage signature Alliance-Phytomer ou massage exclusif à choix), 1 massage sous affusion (10 min), 1 massage aux huiles chaudes (20 min), 2 séances de relaxation méditative (20 min) et 1 massage jambes toniques (20 min). Également inclus: 1 bilan Imoove-Fit, 1 séance d'Oligoscan et 1 séance d'impédancemétrie.

**Thalasso & Course à Pied (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>:** supplément CHF 525.-

6 jours/23 soins - **Le matin:** jogging journalier du lundi au vendredi, préparation physique en salle et en bassin deau de mer, stretching, travail d'appui dans le sable, 1 sortie longue de 1h30, renforcement musculaire et postural en salle. Brunch diététique avec le coach. **L'après-midi:** récupération et soins - 3 à 4 soins par jour soit 6 douches à jet, 2 séances de kinésithérapie (20 min), 1 massage des jambes (20 min), 2 hydromassages Aquaroll, 2 séances de cryogel-pressé ou de stimulation veino-lymphatique, 3 séances de lit à vibration Andumédic ou hydromassant et 5 séances de cryothérapie. Également inclus: 1 bilan Imoove-Fit, 1 séance d'Oligoscan et 1 séance d'impédancemétrie.

**Jeune Parent (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>:** supplément CHF 450.-

6 jours/29 soins & ateliers - 4 à 5 soins par jour soit 7 soins individuels d'hydrothérapie, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 3 enveloppements d'algues, 2 séances détox infrarouge, 2 séances de kinésithérapie aquatiques, 2 séances de Stimulation veino-lymphatique ou Pressodynamie, 2 massages amincissants (20 min), 1 gommage du corps ou massage aux huiles chaudes (20 min), 1 soin visage lumière coup d'éclat et 1 séance d'Oligoscan. Avec bébé, 1 bain hydromassant avec bébé et 2 séances de massage d'éveil (entre 2 et 6 mois) ou 2 bains hydromassants et 1 séance de bébé nageur (dès 6 mois - 2 injections DT Polio obligatoire pour accès à la piscine). La cure comprend également 3 ateliers thématiques (diététique, santé/sécurité, kinésithérapie hypopressive).

**Bien-être du ventre (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>:** supplément CHF 645.-

6 jours/27 soins & activités - au programme, 6 soins individuels d'hydrothérapie, 2 enveloppements aux algues, 2 séances de pressodynamie-abdominale, 3 massages «bien-être du ventre» (20 min), 2 séances LPG «bien-être du ventre» (20 min), 1 exclusifs de 50 min (au choix), 1 atelier «automassage du ventre», 1 atelier diététique axée microbiote, 1 consultation diététique de 45 min, 1 séance de Oligoscan, 2 séances de sauna détox infrarouge, 2 séances de gym hypopressive et 1 séance de cardicheck.

**Anti-Tabac (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>:** supplément CHF 645.-

6 jours/34 soins, séances sportives et ateliers - Détails de la cure sur demande.

<sup>1)</sup>**Note:** cure incluant 1 Oligoscan, merci de mentionner votre groupe sanguin à la réservation

**Visite de santé obligatoire comprise dans le forfait.**

**Fournis par la thalasso:** linges, peignoir (caution 80 €), sac thalasso. Sandales obligatoires, en vente à la thalasso.