

Forfait semaine Prix par personne en francs		du 01.05 au 27.07.19 du 25.08 au 28.09.19 du 20.10 au 02.11.19 du 22.12.19 au 04.01.20			du 28.07 au 24.08.19			du 29.09 au 19.10.19 du 03.11 au 07.12.19 ²⁾		
		7n / 6j sans transport	Nuit suppl. avec soins sans soins		7n / 6j sans transport	Nuit suppl. avec soins sans soins		7n / 6j sans transport	Nuit suppl. avec soins sans soins	
Patio	Double Indiv.	2225.- 2695.-	335.- 405.-	215.- 320.-	2365.- 2855.-	350.- 420.-	235.- 340.-	2050.- 2435.-	310.- 365.-	195.- 280.-
Littoral	Double Indiv.	2400.- 2995.-	360.- 445.-	240.- 360.-	2540.- 3135.-	375.- 455.-	260.- 375.-	2225.- 2680.-	335.- 400.-	215.- 310.-
Océan	Double Indiv.	2680.- 3310.-	400.- 490.-	275.- 400.-	2820.- 3440.-	415.- 500.-	295.- 420.-	2470.- 2960.-	370.- 440.-	240.- 350.-
Grand Large¹⁾	Double Indiv.	2995.- 3695.-	445.- 545.-	310.- 455.-	3135.- 3835.-	460.- 550.-	325.- 475.-	2715.- 3275.-	405.- 485.-	275.- 395.-
Suite Junior	Double Indiv.	3520.- 4150.-	520.- 610.-	360.- 520.-	3660.- 4290.-	540.- 615.-	375.- 540.-	3030.- 3625.-	450.- 535.-	310.- 450.-
Supplément pension complète traditionnelle, détox ou ayurvédique		280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		720.-	–	–	720.-	–	–	720.-	–	–
Supplément par chambre pour choix de l'orientation ou du numéro		55.-	–	–	55.-	–	–	55.-	–	–

PROMOTION**Solo**

Du 12.05 au 18.05, du 02.06 au 08.06, du 22.09 au 28.09, du 06.10 au 12.10 et du 24.11 au 30.11, supplément single offert (appliquer les tarifs en chambre double)

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 médicale
- Cadeau surprise Alliance Pornic
- Transferts aéroport/hôtel et retour offerts (si arrivée/départ avec easy) et le dimanche après-midi de mai à octobre et le samedi après-midi en novembre et décembre)

HEBERGEMENT¹⁾ **Chambre Grand Large:** chambre avec vue panoramique sur l'Océan.**Autres catégories de chambres:** Suites (prix sur demande)²⁾ **Fermeture annuelle:** du 08.12 au 21.12.19 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.**Train:** Suisse/Nantes/Suisse (prix sur demande)**Transferts:**

- Aéroport de Nantes/hôtel/aéroport:
 - avec la navette de l'hôtel pour une arrivée/départ par vol easyJet 1363/1364 le dimanche après-midi de mai à octobre; le samedi après-midi en novembre et décembre, offerts
 - avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à 11h15 et 16h15 et/ou un départ de vol à 12h30 et 17h30: CHF 35.- par personne et par trajet
 - en taxi, prix indicatif: 75 € (semaine), 105 € (nuit, dimanche et jour férié) par trajet
- Gare de Nantes/hôtel/gare:
 - avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à Nantes à 11h et 16h et/ou un départ de l'hôtel à 10h15 et 15h15: CHF 35.- par personne et par trajet
 - en taxi, prix indicatif: 85 € (semaine), 115 € (nuit, dimanche et jour férié) par trajet

Location de voiture: prix sur demande**Parking:** parking extérieur de l'hôtel gratuit**PROGRAMMES THALASSO****Remise en Forme Détente:** compris dans le forfait de base

6 jours/24 soins – 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants, 2 applications (algues, boue ou argile des Moutiers), 2 douches à jet, 3 douches à affusion, 2 massages de 20 min, 1 séance de pressothérapie 2 séances de lit hydromassant, 6 cours collectif de stretching en piscine, relaxation créative, gym piscine, Waff max ou aquafit.

Remise en Forme Equilibre: sans supplément

6 jours/24 soins – 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants, 2 applications (algues, boue ou argile des Moutiers), 3 douches à affusion, 1 jet sous affusion, 2 massages de 20 min, 3 séances de lit à vibration Andumédic, ou hydromassant 1 séance de pressothérapie ou aquaroll et 6 séances de kiné aquatique ou de relaxation créative.

Privilege: supplément CHF 300.-

6 jours/24 soins – 4 soins individuels par jour soit 6 massages de 20 min, 12 soins individuels d'hydrothérapie, 2 applications de boues autochauffante ou d'argile des Moutiers, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic et 2 séances de pressothérapie.

Suprême: supplément CHF 460.-

6 jours/24 soins – 4 soins individuels par jour soit 6 massages de 20 min, 6 applications de boues autochauffante ou d'argile des Moutiers, 9 soins individuels d'hydrothérapie, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic et 1 séance de pressothérapie.

Harmonie (du lundi au samedi): supplément CHF 460.-

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 massages thérapeutiques spécial dos de 20 min, 3 séances de rééducation du dos en piscine, 2 séances de lit à vibration Andumédic (orientation dos), 6 massages thérapeutiques spécial rhumato de 20 min, 3 séances de rééducation en piscine et 2 aquaroll (orientation rhumato).

Fibromyalgie (du lundi au samedi): supplément CHF 460.-

6 jours/29 soins – au programme, 6 bains hydromassants, 6 applications d'algues ou d'argile des Moutiers, 2 séances de lit à vibration Andumédic, 2 massages thérapeutiques, 1 massage visage et cuir chevelu, 1 séance de fasciathérapie ou de somatothérapie (50 min), 1 atelier de sophrologie ou de méditation, 3 séances de relaxation, 3 séances de cryothérapie ou séances de sauna infrarouge, 1 séance d'hypnose thérapeutique (50 min) et 3 séances de réveil musculaire doux. La cure comprend également un entretien médical approfondi et une consultation diététique avec Oligoscan.

Jeune Maman (du lundi au samedi - nurserie pendant les soins de la maman à réserver: env. 250€): supplément CHF 520.- (en 2018) / CHF 460.- en 2019

6 jours/24 soins – 4 soins par jour soit 7 soins individuels d'hydrothérapie, 2 bains hydromassants avec bébé, 1 séance de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 2 séances détox de sauna infrarouge, 2 séances de kinésithérapie aquatiques, 2 séances de pressothérapie, 3 enveloppements d'algues, 2 massages amincissants, 1 gommage du corps ou massage aux huiles aromatiques, 1 soin beauté du regard et 1 soin beauté du visage. Pour bébé, 2 séances de massage d'éveil (entre 3 et 6 mois) ou 2 séances de découverte ludique en milieu aquatique (dès 6 mois). La cure comprend également 3 ateliers thématiques (diététique, conseils médicaux, kinésithérapie hypopressive).

Silhouette: supplément CHF 540.-

6 jours/29 soins – 4 à 5 soins par jour avec 2 orientations à choix: Minceur/Anti-Cellulite ou Bio-Détox. Consultation diététique avec Oligoscan incluse. Pension complète détox avec repas au restaurant bio «La Terrasse» vivement conseillée.

Résolution Sport (du lundi au samedi): supplément CHF 540.-

6 jours/17 soins – Le matin: sortie nature quotidienne avec en alternance de marche rapide et footing léger, séance de Waff ou d'aquabike, suivie préparation physique en salle ou en bassin. Bilan et conseils personnalisés d'un coach. L'après-midi: récupération et soins – 2 à 3 soins par jour soit 9 soins individuels d'hydrothérapie, 1 séance de cryogel-pressothérapie, 2 séances de lit Andumédic, 1 hydro massage Aquaroll, 1 shiatsu 50 min, 1 massage sous affusion, 1 modelage aux huiles aromatiques 20 min et 1 séance de vibrations japonaises ou massage du visage et du cuir chevelu. Consultation diététique individuelle incluse.

Course à Pied & Thalasso (du lundi au samedi): supplément CHF 540.-

6 jours/21 soins – Le matin: jogging journalier, préparation physique en salle et en bassin d'eau de mer, stretching, test VO2 max, 1 sortie longue de 1h30, renforcement musculaire et postural sur Waff. Brunch diététique avec le coach. L'après-midi: récupération et soins – 3 à 4 soins par jour soit 6 douches à jet, 3 massages kiné tonifiants, 2 hydro massages Aquaroll, 2 séances de cryogel-pressothérapie, 3 séances de lit à vibration Andumédic et 5 séances de cryothérapie. Consultation diététique individuelle et consultation médicale avec test de Ruffier et contrôle de l'EGG incluse.

Capital Santé Premium (du lundi au samedi): supplément CHF 675.-

6 jours/35 soins et activités – 5 à 6 soins par jour soit 13 soins individuels d'hydrothérapie, 6 oxygénations biocatalytiques, 2 massages du visage et du cuir chevelu, 2 modelages exclusifs à choix (50 min), 5 séances de cryothérapie ou de sauna infrarouge, 2 séances de yoga, qi gong ou sophrologie, 2 marches toniques, 1 consultation diététique et 2 PhysioScan.

Luminescence Thérapie (du lundi au samedi): supplément CHF 675.-

6 jours/34 soins et activités – programme incluant 6 bains hydromassants, 2 douches sous-marine, 2 enveloppements, 6 oxygénations biocatalytiques, 2 massages Exclusifs à choix (50 min), 3 massages sous affusion, 1 séance d'hypnose thérapeutique ou de Reiki (50 min), 1 séance de Yoga ou de Méditation, 5 séances de Milta-Led, 3 séances de Détox infrarouge, 1 consultation individuelle diététique, 1 séance d'Oligoscan et 1 séance d'impédancemétrie.

Thalasso & Secrets du Monde: supplément CHF 675.-

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 sauna infrarouge, 1 gommage, 1 shiatsu 50 min, 2 modelages exclusifs de 50 min (à choix), 1 réflexologie chinoise 50 min, 1 kansu ou shiatsu de 20 min, 1 massage aromatique, 2 massages du visage et du cuir chevelu et 3 enveloppements.

Oligo-Marine: supplément CHF 675.-

6 jours/31 soins avec comme objectif la reminéralisation et la régénération – au programme, 2 aérosols, 6 enveloppements d'algues, 13 soins individuels d'hydrothérapie, 1 gommage, 2 massages sous affusion, 6 massages aux huiles reminéralisantes (20mn), 1 massage du Visage et du Cuir Chevelu (20mn). Egalement inclus dans la cure: 1 séance d'Oligoscan et 1 consultation diététique.

Ojas Ayurveda (du lundi au samedi): supplément CHF 970.-

6 jours/19 soins & 6 ateliers – 3 soins par jour soit 1 soin visage Bio-Kalyaan (1h), 6 bains hydromassants aux algues, 6 soins de thalasso à choix parmi douche à affusion, douche à jet, enveloppement d'algues et douche à affusion, ainsi que 6 séances ayurvédiques de 1h20 pouvant inclure 2 soins, 6 ateliers (yoga, sophrologie, méditation, Qi Gong et séance d'infos sur l'ayurveda) et 2 consultations ayurvédiques. Repas ayurvédiques au restaurant La Terrasse.

Sensation Libre: supplément CHF 970.-

6 jours – cure Thalasso & Spa sur mesure, incluant chaque jour 2 soins individuels d'hydrothérapie 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).

Anti-Age: supplément CHF 970.-

6 jours/27 soins – 4 à 5 soins par jour soit 12 soins individuels d'hydrothérapie, 3 enveloppements raffermissants, 3 soins intensifs corps SkinCeuticals, 3 soins intensifs visage SkinCeuticals, 3 séances de Cellu M6 (50 min), 2 séances de coaching personnalisées et 1 séance d'Oligoscan.

Anti-Tabac: supplément CHF 970.-

6 jours/35 soins + séances sport et ateliers – Détails de la cure sur demande.

¹⁾ **Note:** cure incluant 1 Oligoscan, merci de mentionner votre groupe sanguin à la réservation**Visite médicale obligatoire comprise dans le forfait.****Fournis par la thalasso:** linges, peignoir (caution 80 €), sac thalasso. Sandales obligatoires, en vente à la thalasso.