2024

THALASSO & SPA

AYURVEDA – YOGA – DÉTOX



DESTINATIONS SANTE

+30 ans



© Thalazur

VOTRE SPÉCIALISTE DU VOYAGE FORME ET SANTÉ!

Voyagiste suisse romand, Destinations Santé, le spécialiste du voyage forme et santé, créé en 1991, propose une sélection des meilleures offres associant wellness, prévention, nature et découverte.

Notre mission est de vous donner les clefs pour vous ressourcer. Les valeurs qui guident Destinations Santé sont la QUALITE que nous voulons donner à notre démarche, à nos offres et à nos prestations et la CONFIANCE que nous désirons instaurer dans les relations entre nos clients, nos prestataires et notre équipe.

Pour vous, nous choisissons soigneusement nos prestataires et organisons les voyages avec la plus grande attention. Nous ne sommes, cependant, pas à l'abri d'une défaillance et toute suggestion d'amélioration est bienvenue; un suivi sera donné.

70 ÉTABLISSEMENTS DANS 53 DESTINATIONS

FRANCE
6 | Hendaye
8 | Anglet
10 | Saint-Jean-de-Luz
14 | Arcachon
15 | Royan
16 | Ile de Ré
18 | Saint-Jean-de-Monts
20 | Pornic
22 | Pornichet
24 | La Baule
26 | Douarnenez
27 | Roscoff
28 | Dinard
30 | Perros-Guirec
31 | Cabourg
32 | Ouistreham
33 | Saint-Cyprien
35 | Canet-en-Roussillon
36 | Bandol
38 | Port-Camargue
39 | Antibes
40 | Port Fréjus
41 | La Petite-Pierre
42 | Châtel-Guyon
43 | Vichy
44 | Aix-les-Bains
46 | Annecy

SUISSE
47 | Mont-Pèlerin
48 | Ovronnaz
49 | Loèche-les-Bains

ITALIE
50 | Tyrol du Sud
52 | Vénétie
58 | Calabre
60 | Sardaigne

ESPAGNE
64 | Benicassim
66 | Malaga
67 | Lanzarote
68 | Ténérife

PORTUGAL
70 | Algarve

ÉGYPTE
73 | Soma Bay

GRÈCE
74 | Crète

MAROC
75 | Essaouira
76 | Marrakech
77 | Agadir

TUNISIE
78 | Korbous
80 | Les Côtes de Carthage
82 | Hammamet
84 | Port El Kantaoui
86 | Sousse
87 | Djerba

SRI LANKA
92 | Wadduwa

INDE
93 | Karnataka
94 | Kerala

INDEX
97 | Vacances santé
98 | Lexique des soins

VOYAGEZ EN TOUTE SÉCURITÉ

Pour la sécurité de nos clients, nous faisons partie du Fonds de Garantie de Voyage. Vous trouverez une feuille d'information vous renseignant sur ce point auprès de votre agence de voyage affiliée à ce fonds ou sur le site internet www.garantiefonds.ch

GARANTIE DE VOYAGE

Nous faisons aussi partie de

SRV FSV Schweizer Reise-Verband Fédération Suisse du Voyage Federazione Svizzera di Viaggi



NOTRE CHARTE DE QUALITÉ, NOS ENGAGEMENTS

Connaissance du produit L'équipe de Destinations Santé teste toutes les destinations de nos catalogues. C'est donc sur la base d'une connaissance du produit et d'une expérience directe et personnelle que nous orientons nos ventes en partageant avec vous nos bonnes adresses et nos lieux de ressourcement favoris.

Sélection des hôtels et des destinations La sélection de ces lieux se fait en fonction d'exigences précises dont l'application est régulièrement vérifiée, sur le terrain, par notre équipe. Grâce aux questionnaires de satisfaction retournés par nos clients, nous actualisons sans cesse notre connaissance des atouts et des faiblesses de chaque destination. Sur la base de ces différentes informations, nous revoyons chaque année notre programmation afin qu'elle corresponde au mieux aux attentes de notre clientèle.

Partenariat Avec les appréciations de nos clients et celles que nous faisons lors de nos séjours-test, nous établissons des rapports incitant nos partenaires à augmenter la qualité de leurs services et installations. Nous créons ainsi un partenariat évolutif entre nos prestataires et nos clients.

Nous avons également négocié avec certains de nos partenaires, des **avantages exclusifs pour les clients de Destinations Santé** d'une valeur pouvant aller jusqu'à 300 €. Ces avantages **«Exclusivités»** sont mentionnés sur les pages de la brochure.

Accueil et délai de réponse Nous nous engageons à réserver le meilleur accueil, directement ou indirectement, à nos clients. Que vous nous contactiez par internet (info@destinations.ch), par téléphone ou par le biais de votre agence habituelle, nous nous engageons à vous soumettre une offre ou à vous répondre dans les 12 heures ouvrables.

Séjour à la carte/Prolongation Nous sommes à votre disposition pour réaliser, dans la mesure du possible, tous vos désirs. Avant ou après votre séjour et dans la plupart des destinations de notre catalogue, nous pouvons aussi vous proposer, à la carte, des extensions pour une immersion dans les plus beaux sites de la région visitée en ajoutant ou soustrayant des jours d'hébergement avec ou sans soins.

Nos tarifs Nous analysons régulièrement les tarifs de nos concurrents et essayons de vous proposer des tarifs les plus attractifs possibles. Nous négocions également pour nos clients de nombreuses promotions et publions régulièrement des offres spéciales. Si toutefois un de nos concurrents venait à vous proposer un tarif plus attractif, nous nous engageons à nous aligner sur ce prix, pour autant que les prestations fournies soient identiques.

Découvrez en un coup d'œil les points forts des établissements sélectionnés

PROXIMITÉ

LUXE

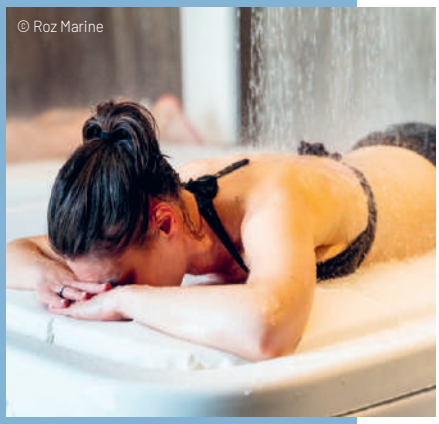
BON PLAN

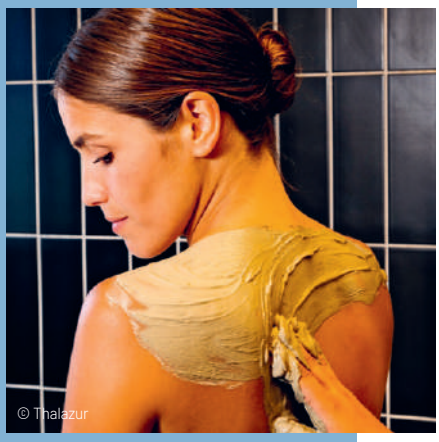
COUP DE CŒUR

GOLF

NATURE

GASTRONOMIE


© Roz Marine


© Thalazur


© Thalazur


© Alliance Pornic

THALASSOTHÉRAPIE

Utilisant simultanément les bienfaits de l'eau de mer, du climat marin et des substances extraites de la mer telles que algues et boues marines, la thalassothérapie est tonifiante et régénérante. Son nom vient du grec; il est la combinaison de «thalassa», mer, et de «therapia», soins.
Les bienfaits de l'eau de mer sont connus depuis l'Antiquité; cependant, la thalassothérapie dans sa forme actuelle a été mise au point en France, sur les côtes bretonnes. Tant préventive que curative, elle procure bien-être et détente et permet, dès 6 jours de cure, de soulager certaines pathologies (maux de dos, rhumatismes, jambes lourdes,...) et d'améliorer votre résistance contre les agressions virales. Bien qu'un médecin soit généralement présent dans les centres, les instituts de thalassothérapie n'ont plus rien de médical. Calme et lumineux, ce sont aujourd'hui des lieux propices au lâcher-prise où l'on soigne également les maux de la civilisation moderne tels que le stress, le surmenage ou encore la surcharge pondérale.
Atlantique ou Méditerranée, la grande majorité des centres se trouvent en France et en Tunisie. La Grèce, le Maroc, l'Italie, l'Espagne, le Portugal et l'Egypte proposent néanmoins également des instituts très performants, sous le soleil.

THERMAL-SPA

Reconnu pour ses vertus curatives, le thermalisme se base sur les qualités thérapeutiques de l'eau et des boues thermales. L'eau thermale possède une composition précise et constante en sels minéraux et oligo-éléments, un ensemble de caractéristiques de nature à favoriser la santé. L'immersion du corps dans un bain thermal a donc des vertus curatives.
Surfant sur la vague, de nombreux centres thermaux ont aujourd'hui mis de côté l'aspect purement médical du thermalisme et disposent de beaux espaces bien-être avec une palette de soins Spa et Beauté.
Pratiqué dans une station thermale ou un centre dont la vocation est le retour à un état de bien-être, le thermal-spa est avant tout une pause régénératrice. Médecines douces, thérapies orientales, balnéothérapie, exercices, relaxation, diététique et soins esthétiques... une occasion de renouer avec un mode de vie plus équilibré et plus respectueux des besoins profonds de chacun.

SPA

Le Spa, expression venant du latin «salutem per aquam» signifiant la santé par l'eau, est basé sur une eau sans caractéristique, ni vertu particulière. Nouveau concept très en vogue, le Spa offre aujourd'hui des moments de cocooning avec des soins alliant le bien-être spirituel et physique.
Ces nouveaux centres de bien-être peuvent se situer sous les tropiques ou à deux pas de chez soi, en bord de mer, à la montagne ou à la campagne, mais toujours dans des lieux propices à la détente et à la sérénité. Sans connotation médicale, ils offrent un cadre apaisant, une ambiance zen et des senteurs pour éveiller les sens et échapper au quotidien. Au programme, modelages, massages orientaux ou asiatiques, soins d'hydrothérapie relaxants, soins à base de lotions et parfums exotiques, soins de beauté... Rien de tel pour ressourcer votre corps et votre esprit le temps d'un week-end ou plus.

AYURVEDA – YOGA – DÉTOX

YOGA: Philosophie et pratique indienne millénaire, le yoga est composé d'exercices respiratoires, de postures, de relaxation et de méditation qui, ensemble, visent l'harmonisation et l'équilibre entre le corps et le mental. Le yoga n'exige aucune compétence particulière. Grâce à la variété de notre offre, les novices pourront suivre des cours pour découvrir les vertus instantanées d'une séance de yoga sur la détente musculaire et mentale.

AYURVEDA: L'ayurveda est une médecine traditionnelle qui regroupe plusieurs approches. Selon la théorie ayurvédique, tout est énergie et la santé est le résultat d'un équilibre parfait entre l'homme et son environnement. Le recours aux pratiques ayurvédiques va permettre de prévenir les déséquilibres ou de ré-harmoniser au mieux l'énergie dans l'organisme.

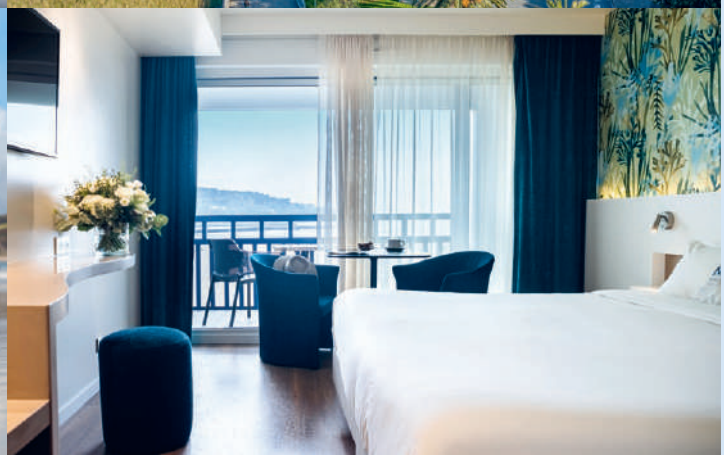
DÉTOX: Dans nos vies modernes, quantité d'éléments favorisent la production de toxines et leur stockage. En règle générale, notre organisme élimine de lui-même ces toxines, mais il arrive que celles-ci s'accumulent et finissent par affecter son bon fonctionnement. Une cure détox prend alors tout son sens puisqu'elle permet de libérer le corps de ses toxines et de lui insuffler une nouvelle énergie.











SERGE BLANCO – RELAIS THALASSO HENDAYE ★★★★

A 25 min au Sud de Biarritz, cet établissement fait face à l'océan, à une magnifique plage de sable de 3 km et à l'Espagne. Le port de plaisance avec boutiques, cafés et restaurants se situe juste à côté.

L'hébergement Un hôtel moderne et bien intégré dans le paysage, avec 90 chambres donnant sur la mer, le port ou le patio. Toutes les chambres ont un balcon et sont équipées de téléphone direct, radio, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie avec bouilloire et machine à café expresso, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné et salle de bains avec douche italienne.

Les sports et loisirs Piscine extérieure (eau douce non chauffée). Jacuzzi extérieur chauffé et espace fitness. Grand parcours marin d'eau de mer chauffée. A proximité: sports nautiques, golf, tennis et randonnées pédestres. A visiter dans la région: Jean-de-Luz, Biarritz ou encore San Sebastian, Fontarrabie et le musée Guggenheim à Bilbao en Espagne.

CENTRE RELAIS THALASSO

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, ce centre bénéficiant de 30 années d'expérience dans le domaine de la thalassothérapie, offre un cadre convivial pour votre séjour de remise en forme. Une équipe de thérapeutes y dispense une gamme complète de soins de thalassothérapie (bains, jets, douches, enveloppements d'algues, applications de boue marine, hydrojet, pressothérapie, massages). Au Spa, sont prodigués des massages, des soins du visage, du corps et des cheveux.

A disposition: Spa Marin avec très grand bassin d'eau de mer chauffée incluant plus de 50 animations, jacuzzi extérieur, saunas, hammam et grande salle de fitness. Cours aquatiques à la carte.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

1 soin visage de 30 min offert aux curistes dès 6 nuits/6 jours de cure

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

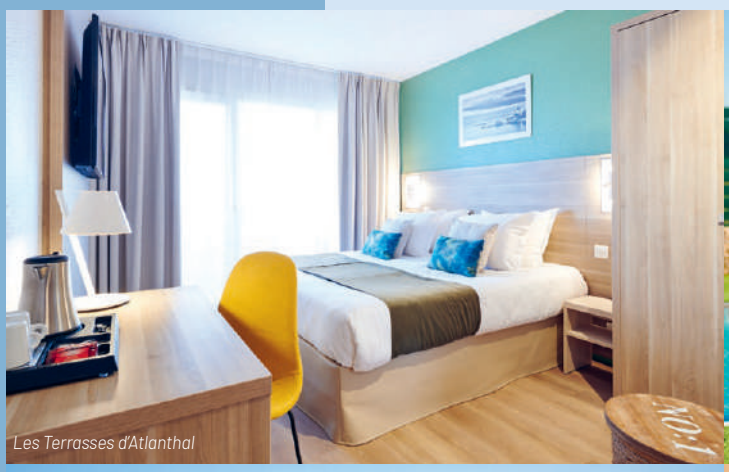
- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Accueil, convivialité et bonne humeur, une cure jeune et sportive
- Immense plage de sable fin pour votre jogging matinal
- Spa Marin de 320 m² en accès libre

__L'accès:__ Voiture: 1'010 km (autoroute) de Genève – Avion: vol SWISS direct (en saison) ou Air France via Paris, toute l'année, sur Biarritz, puis 30 min de transfert. Possibilité de vols directs au départ de Lyon toute l'année.
***A savoir:** Hors-saison, Hendaye Plage est très calme. **Notre conseil:** A 5 minutes, par le bateau-navette, découvrez le Pays Basque espagnol et la ville de Fontarrabie (départ toutes les 15 min). Un lieu idéal pour aller manger quelques délicieux tapas!*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Classique Vue Patio, demi-pension et 24 soins (basse saison).*



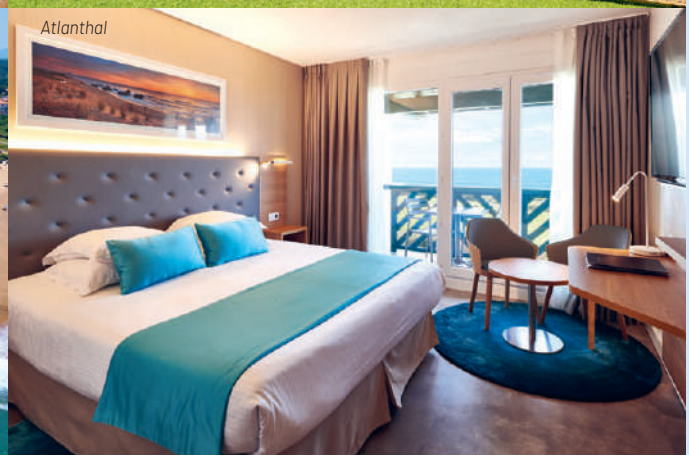




Les Terrasses d'Atlanthal







Atlanthal

ATLANTHAL ★★★★ / LES TERRASSES D'ATLANTHAL ★★★

Ces 2 établissements récemment rénovés, ainsi que leur institut de thalassothérapie, se dressent dans un cadre de verdure face à la plage et à l'océan, entre le golf et la forêt de Chiberta, à 5 km du centre-ville de Biarritz.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

7e nuit en petit déjeuner + supplément single offerts aux curistes (hors haute saison)

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification
  Atlanthal ⒹⒹⒹ○
  Les Terrasses d'Atlanthal ⒹⒹⒹ
- Grand choix de cures spécifiques
- Situation au calme, en bordure d'une magnifique plage
- 9 parcours de golf dans un rayon de 30 km

Atlanthal ★★★★

L'hébergement Intégré à l'institut de thalassothérapie, cet hôtel confortable offre 99 chambres rénovées avec vue mer ou forêt. Equipement des chambres: téléphone direct, TV, WiFi gratuit, coffre-fort, minibar, sèche-cheveux, air conditionné.

Les Terrasses d'Atlanthal ★★★

L'hébergement L'hôtel Les Terrasses d'Atlanthal propose 48 chambres récemment rénovée sur 2 étages avec vue horizon mer ou parc. Equipement des chambres: téléphone direct, TV, WiFi gratuit, sèche-cheveux. Une galerie semi-couverte relie l'hôtel à l'institut de thalassothérapie et aux espaces de Remise en Forme.

Les sports et loisirs Piscine extérieure d'eau de mer chauffée de mai à octobre. Sports nautiques (été), golf, équitation, vélo et randonnées pédestres. Patinoire. Visite du Pays Basque (excursions gratuites organisées depuis l'hôtel), Biarritz, Bayonne et Saint-Jean-de-Luz. Club enfants (de 3 à 12 ans) pendant les vacances scolaires françaises.

ATLANTHAL

Capacité: 250 curistes par jour - Fermé le dimanche après-midi

Thalasso avec Espace Fitness, cardio-musculation avec équipement high tech, 2 bassins aqualudiques d'eau de mer chauffée, dont le lagon intérieur et extérieur (chauffé), nombreux cours collectifs en salle et en piscine, saunas, hammams. Un centre de soins lumineux, où les tons chauds et le bois prédominent pour une thalassothérapie classique: bains, jets, douches, enveloppements d'algues, applications de boues, modelages, aérosols, pressothérapie, physiothérapie, aquagym.

A la carte: ostéopathie, réflexologie plantaire, shiatsu et soins esthétiques. Encadrement médical et diététique. Menus allégés.

L'accès: *Voiture: 983 km (976 km sur autoroute) de Genève -Avion: vol direct (en saison) ou via Paris, toute l'année, sur Biarritz, puis 20 min de transfert. Possibilité de vols directs au départ de Lyon toute l'année.*
A savoir: *Etablissement en pleine nature, bus ou navette pour atteindre Biarritz ou Bayonne – Certificat médical de non contagion à la tuberculose exigé pour l'admission à la nurserie (de 2 à 12 mois). La nurse se réserve le droit de refuser un enfant malade.*

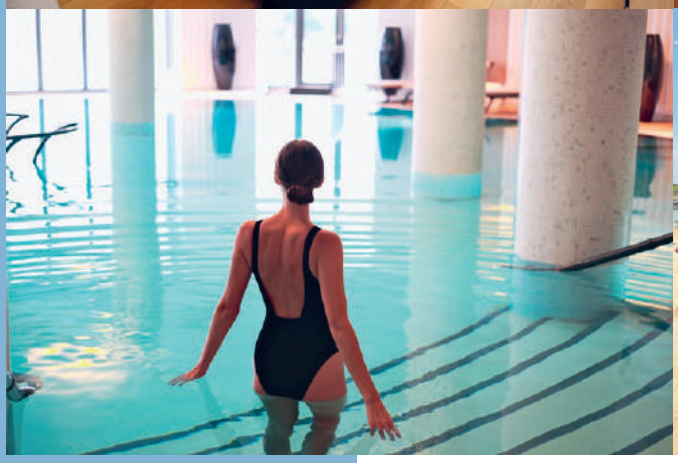
**Prix indicatif par personne – Exemple de prix aux Terrasses d'Atlanthal incluant 7 nuits en double Continentale (dont 6 en demi-pension et 1 en petit déjeuner) et 24 soins individuels (du 06.01 au 16.03 et du 11.11 au 14.12.24).*













THALAZUR SAINT-JEAN-DE-LUZ ★★★★

Au sud de la côte atlantique, à quelques kilomètres de la frontière espagnole, Saint-Jean-de-Luz enchante par ses quartiers traditionnels, ses rues piétonnes animées toute l'année, son port de pêche et ses plages de sable fin. Directement sur la plage, l'hôtel Thalazur Saint-Jean-de-Luz est situé au cœur du quartier piétonnier et du centre historique.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

7e nuit en petit déjeuner offerte toute l'année aux curistes

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Etablissement magnifiquement rénové
- Situation au cœur de Saint-Jean-de-Luz
- Accès direct sur la plage depuis le centre de thalasso

L'hébergement Au cœur de la station, cet hôtel convivial entièrement rénové, offre 102 chambres avec vue sur la ville, la cour ou le patio de l'hôtel, 4 suites duplex vue sur mer, ainsi que 2 points de restauration: 1 restaurant panoramique avec terrasse et vue océan et 1 bar à tapas, ouvert en journée, avec terrasse côté jardin. Equipement des chambres: téléphone direct, radio, TV, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux et air conditionné.

Les sports et loisirs A proximité: sports nautiques (été), golf (9 parcours dans un rayon de 60 km), tennis, squash, équitation et parcours de jogging. Sentier littoral pour de magnifiques balades. A visiter dans la région: San Sebastian, Biarritz, les villages de l'arrière-pays basque,...

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 120 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Directement relié à l'hôtel et récemment rénové, ce splendide institut de soins en rez-de-plage est baigné de lumière naturelle, avec d'immenses baies vitrées s'ouvrant sur l'océan. Un cadre unique pour votre séjour de remise en forme et de détente.

A disposition: magnifique parcours marin avec eau de mer chauffée à 33°C, sauna, hammam, très belle salle de fitness, salle de repos et tisanerie. Nombreux cours en accès libre, tels que renforcement musculaire, yoga ou encore stretching. Accès direct sur la plage depuis le centre de thalassothérapie.

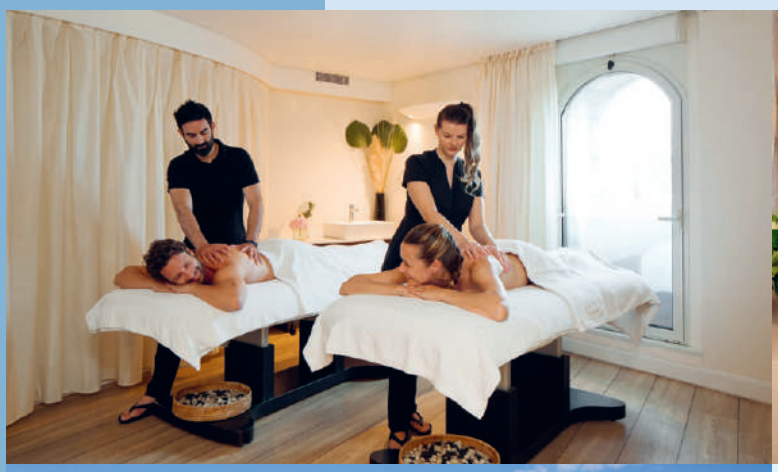
Espace Spa & Beauté proposant des massages du monde, massage aux pierres chaudes, réflexologie plantaire, ainsi que des soins esthétiques et 2 cabines Duo avec jacuzzi privatif. Encadrement médical et diététique. Menus diététiques.

L'accès: *Voiture: 996 km (autoroute) de Genève – Train: env. 13h jusqu'à St Jean de Luz – Avion: vol direct SWISS (en saison) ou Air France via Paris, toute l'année, sur Biarritz, puis 15 min de transfert. Possibilité de vols directs toute l'année au départ de Lyon.* ***A savoir:*** *Espace Spa détente et beauté pour découvrir les massages du monde – Petite ville charmante animée toute l'année, avec des rues piétonnes pouvant être un peu bruyantes en plein été*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure (dont 6 en demi-pension et 1 en petit déjeuner) et 18 soins individuels (du 01.01 au 25.02, du 10.11 au 03.12 et du 14.12 au 25.12.24).*

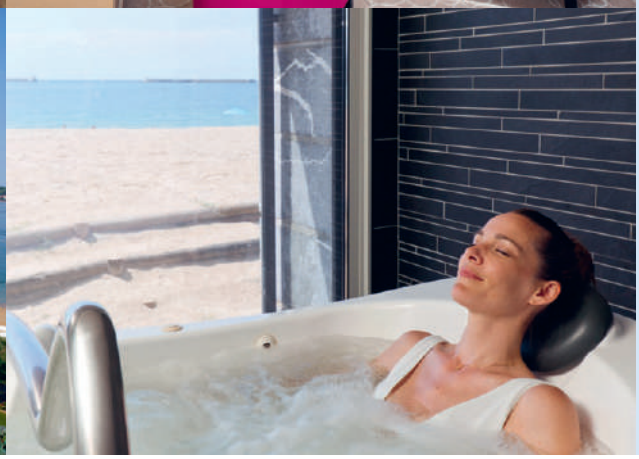












GRAND HÔTEL THALASSO & SPA *****

Proche de Biarritz, St-Jean-de-Luz, petite ville balnéaire lovée autour d'une baie somptueuse, est un irrésistible mélange d'histoire, de tradition et de relation privilégiée avec l'océan. Directement sur la plage, face à l'océan, le Grand Hôtel Thalasso & Spa, magnifiquement rénové, offre un cadre luxueux, cosy et romantique pour votre séjour thalasso.

L'hébergement Cet hôtel légendaire, véritable havre de luxe et de qualité, offre 52 chambres et suites, toutes équipées de téléphone direct, TV satellite, radio, WiFi, minibar, plateau courtoisie, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné. Restaurant s'ouvrant sur l'océan, proposant une délicieuse cuisine inspirée par la mer et les traditions basques, ainsi qu'une restauration «Healthy» (Santé).

Les sports et loisirs A proximité: sports nautiques (été), golf, tennis, squash, équitation et parcours de jogging. A visiter dans la région: Biarritz, Bayonne, San Sebastian ou encore Bilbao (musée Guggenheim).

LOREAMAR THALASSO & SPA

Capacité: 30 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, en rez-de-plage, ce centre de thalassothérapie élégant et intimiste, à taille humaine, offre une ambiance cocooning, un accueil personnalisé avec accompagnement individuel tout au long de votre séjour et des soins adaptés à vos besoins. Un lieu propice au lâcher-prise où les programmes de soins sont élaborés par des experts thérapeutiques vous réservant ainsi le meilleur en matière de remise en forme et de bien-être.

A disposition: piscine intérieure d'eau de mer chauffée, sauna, hammam, grotte de sel, espace de repos et relaxation, tisanerie, espace fitness (personal training, coaching, aquagym, aquabike, gym ballon, tonification musculaire, yoga).

A la carte: tous les soins des forfaits, soins de beauté Paoma et soins spécifiques (ostéopathie, acupuncture,...).

NOTRE EXCLUSIVITÉ

7e nuit en petit déjeuner offerte en basse saison aux curistes

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification DDDDD
- Hôtel légendaire, véritable havre de luxe et de qualité, admirablement situé
- Restaurant proposant une délicieuse cuisine inspirée par la mer et les traditions basques
- Cures offrant le meilleur de la thalassothérapie et du spa

L'accès: *Voiture: 996 km (autoroute) de Genève – Train: env. 13h jusqu'à St-Jean-de-Luz – Avion: vol direct SWISS (en saison) ou Air France via Paris, toute l'année, sur Biarritz, puis 15 min de transfert. Possibilité de vols directs toute l'année au départ de Lyon.* ***A savoir:*** *Golf 18 trous (9 parcours dans un rayon de 60 km).* ***Notre conseil:*** *Faites une petite halte à la Maison Adam pour acheter des macarons ou un gâteau basque et partez en balade sur le sentier côtier en direction de Biarritz.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure (dont 6 en demi-pension et 1 en petit déjeuner) et 21 soins individuels & 5 activités physiques (du 03.01 au 31.03 et du 02.11 au 25.11.24).*








THALAZUR ARCACHON ★★★★

L'hébergement Joliment décoré dans l'esprit authentique du Bassin d'Arcachon, il offre 109 chambres confortables et spacieuses (24 m²), 13 suites (35 à 51 m²) et 2 suites d'exception avec jacuzzi privatif extérieur, toutes avec balcon ou terrasse. Elles sont équipées de téléphone direct, TV écran plat (satellite/Canal+), WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie avec boissons chaudes, coffre-fort, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs Piscine extérieure d'eau de mer chauffée d'avril à octobre et terrasse/solarium avec vue sur la pinède et les jardins. Location de vélos. Nombreuses possibilités de randonnées à pied ou à vélo (150 km de pistes cyclables). A proximité: tennis (à 100 m), 3 golfs 18 trous, sports nautiques (en saison). Visites du patrimoine culturel et naturel de la région (la dune du Pilat, le Banc d'Arguin, le Cap Ferret,...).

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 120 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, un institut moderne et convivial, baigné de lumière, où règne l'esprit du Bassin d'Arcachon et de ses traditionnels bains de mer. Outre les soins classiques de thalassothérapie (avec des équipements de dernière technologie: lits flottants pour les enveloppements, cryothérapie localisée, sauna japonais,...), l'institut propose également un Espace Spa & Beauté, ainsi qu'un vaste choix de massages du monde (possibilité de massages en Duo).

Accès libre à l'Espace Forme avec un vaste parcours marin de 240 m² d'eau de mer chauffée à 32°C avec lits et fauteuils massants et marche à contre-courant, 2 salles de hammam, sauna, salle de repos et salle de fitness. Encadrement médical et diététique.

Arcachon et son célèbre bassin, avec son riche patrimoine naturel et son authenticité, est une destination idéale pour un séjour de remise en forme entre dune et océan. C'est à 15 min en voiture de la fameuse dune du Pilat, au cœur de la pinède et à 100 m de l'une des plus belles plages, que l'hôtel Thalazur Arcachon a trouvé refuge.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓ
- Environnement préservé
- Hôtel et Institut décorés avec goût
- Très belles piscines d'eau de mer intérieure et extérieure



__L'accès:__ Voiture: 780 km (autoroute) de Genève – Avion: vol direct easyjet sur Bordeaux, puis env. 45 min en voiture de location. __Notre conseil:__ Partez de bonne heure pour découvrir la dune du Pilat... L'ascension par des escaliers est assez astreignante, mais la vue du haut de la dune la plus haute d'Europe en vaut l'effort. C'est simplement magique!

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Classique, demi-pension et 18 soins individuels (du 18.01 au 30.03 et du 10.11 au 21.12.24).*






THALAZUR ROYAN ★★★★

Avec ses kilomètres de plages et son architecture des années 50, Royan, capitale de la Côte de Beauté, a été classée Ville d'art et d'histoire. Situé à deux pas de la plage du Chay, cet établissement entièrement rénové durant l'hiver 2022/2023, domine l'océan. Avec sa nouvelle ambiance cosy et intimiste, sa décoration tendance mêlant esprit des années 50 au style Belle Époque, il offre un cadre idéal pour s'offrir un moment de détente et de bien-être.

L'hébergement L'hôtel dispose de 83 chambres confortables, toutes avec balcon privatif tourné vers la mer. Equipement des chambres: téléphone direct, TV satellite à écran plat, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, climatisation.

Les sports et loisirs Très jolie piscine extérieure à débordement (ouverte de juin à septembre) avec solarium en teck surplombant l'océan. Salle de fitness très bien équipées, différents cours de gym avec différentes intensités (doux, moyen, intensif) ou orientations (Yoga, Pilates, Qi-Gong), hammam et sauna en accès libre. A proximité: golf 18 trous, tennis (16 cours mitoyen à l'hôtel), sports nautiques (été). Au départ du site, promenade sur sentier des douaniers longeant l'océan et parcours santé. A la belle saison, balades en bateau dans l'estuaire de la Gironde. Visites du patrimoine culturel de la région (le phare de Cordouan, les grottes troglodytes de Régulus et de Matata,...).

CENTRE DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 120 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, un institut dont l'architecture aux lignes élégantes et épurées, avec son papier peint façon terrazo, ses «chaises longues» et ses objets déco, confèrent aux lieux un esprit «comme à la maison»... Outre les soins classiques de thalassothérapie, l'institut propose également un Espace Spa & Beauté avec des soins et des rituels de la gamme Thalgo, ainsi qu'un vaste choix de modelages du monde (balinais, shiatsu, thaï, aux pierres chaudes,...).

Accès libre à l'espace forme avec grand parcours marin d'eau de mer chauffée à 32°C, hammam, sauna, salle de repos et salle de fitness. Cabine Duo pour partager un moment exceptionnel. Encadrement médical et diététique.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Etablissement entièrement rénové surplombant l'océan – toutes les chambres avec vue mer
- Ambiance conviviale
- Très jolie piscine extérieure à débordement
- Possibilité de menus «flexitarien» ou «végétarien» sans supplément

__L'accès:__ Voiture: 700 km (456 km sur autoroute) de Genève – Avion: de fin juin à début septembre, vol direct easyJet sur La Rochelle, puis env. 1h10 en voiture, ou, toute l'année, vol direct easyJet sur Bordeaux, puis 1h45 en voiture de location. __A savoir:__ Pour tout séjour en pension complète, possibilité d'opter pour des menus «flexitarien» sans supplément pour mincir avec gourmandise; bilan flexitarien avec le médecin possible sur demande (durée 1h30) – Les enfants de moins de 12 ans ont accès à la piscine de la thalasso de 12h à 13h45 et de 17h à 19h30, ainsi que le samedi après-midi et le dimanche matin ou après-midi.

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Classique Latérale Mer, demi-pension et 24 soins (du 06.01 au 28.03 et du 11.11 au 19.12.24).*

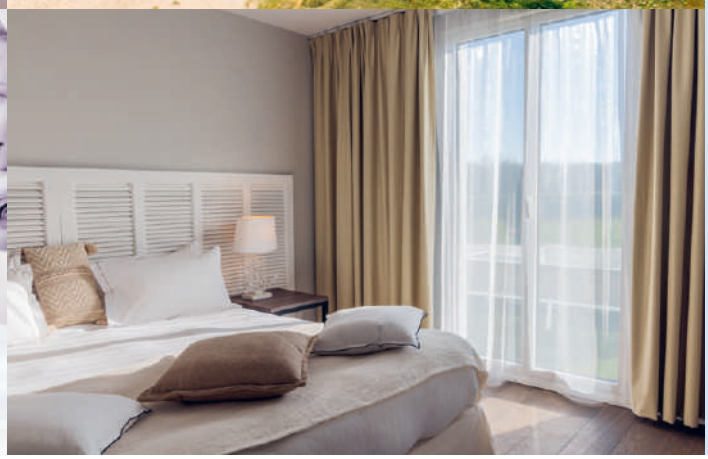












ATALANTE RELAIS THALASSO & SPA ÎLE DE RÉ ★★★★

Avec ses 2'600 heures d'ensoleillement par an et le courant chaud du Gulf Stream, l'île de Ré, reliée à La Rochelle par un pont de 3 km, est une destination de charme, hors du temps. A 3 km de Sainte Marie en Ré, le Relais Thalasso Ile-de-Ré se trouve sur un domaine privé de cinq hectares au milieu des vignes, face à l'océan, avec accès direct à la plage.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Accueil VIP & journée de location de vélo offerte aux curistes dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification DDDD
- Première Thalasso éco-responsable de France
- Tranquillité et beauté du site, directement en bord de plage
- Centre de thalasso entièrement rénové durant l'hiver 2023/2024
- Piscine extérieure d'eau de mer chauffée

L'hébergement Véritable havre de tranquillité, cet hôtel de charme, rénové avec beaucoup de goût, offre 97 chambres confortables et joliment décorées, avec vue sur les vignes ou sur l'océan. Toutes les chambres sont équipées de téléphone direct, TV écran plat, WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie, coffre-fort et sèche-cheveux. Terrasse pour les chambres Confort en rez-de-jardin et balcon ou terrasse pour toutes les chambres Premium.

Les sports et loisirs Piscines intérieure et extérieure d'eau de mer chauffée. Nombreuses possibilités de randonnées à pied et à vélo. Location de vélos à l'hôtel. A proximité: tennis, centre équestre (à 5 km), golf de 9 trous (à 20 km) et sports nautiques en été. Bus gratuit en direction des villages de l'île.

CENTRE RELAIS THALASSO

Fermé le dimanche après-midi (selon saison)

Magnifique centre de thalasso entièrement rénové durant l'hiver 2023/2024, relié à l'hôtel par une galerie couverte. Tout l'espace a été réinventé afin de vous proposer le concept unique des Suites de Soins Relais Thalasso®, des espaces paisibles où vous vivrez pleinement vos soins. Oubliés les courants d'air, les longs couloirs et les plannings de soins ponctués de nombreux temps d'attente. Ici on vous propose une véritable unicité de temps, de lieu et même de thérapeute. Les soins se déroulent dans un enchaînement fluide, sans temps d'attente. Nul besoin de se déplacer de cabine en cabine. Une thérapeute dédiée est présente à vos côtés pendant toute la durée des soins. Très lumineux, ce centre dispose également d'une très belle terrasse pour profiter du soleil entre les soins.

Accès libre à l'espace hydromarin avec 2 piscines d'eau de mer chauffée (1 extérieure à env. 28°C avec couloir de nage et 1 intérieure chauffée à 32°C avec jets sous-marins et banquettes bouillonnantes), hammam, petite salle de fitness et salle de repos.

L'accès: *Voiture: 738 km (406 km sur autoroute) de Genève – Avion: de fin juin à fin août, vol direct easyJet sur La Rochelle, puis 20 min de transfert ou, toute l'année, vol direct easyJet sur Nantes ou Bordeaux, puis 2h30 avec une voiture de location (ou avec navette de l'hôtel à certaines dates – nous consulter).* ***A savoir:*** *Semaines à thèmes (œnologie, nature, bridge,...); nous vous renseignons volontiers.* ***Notre conseil:*** *Découvrez l'île à vélo, c'est magique.*



**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Confort Côté Vignes, demi-pension et 24 soins (du 20.10 au 31.12.24).*











HÔTEL VALDYS THALASSO & SPA LES PINS ★★★★

Avec 2'400 heures d'ensoleillement par an, sa grande plage de sable fin et ses 80 km de pistes cyclables, Saint-Jean-de-Monts est une destination à la fois tonique et reposante... L'hôtel Valdys Thalasso & Spa Les Pins se dresse au cœur d'une pinède, face au golf (18 trous) et à 300 m de l'océan. Un établissement convivial offrant une palette complète de cures et de soins à des tarifs très attractifs.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Transferts aéroport de Nantes/ hôtel et retour offerts aux curistes dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Hôtel entièrement rénové en 2023
- Situation au calme dans la pinède à 300m de la plage
- Très grande piscine d'eau de mer chauffée
- L'utilisation de boues marines naturelle de la baie de Bourgneuf
- Gamme de soins ultra complète

L'hébergement Entièrement rénové en 2023, cet établissement confortable à taille humaine dispose de 47 chambres toutes avec balcon avec vue sur le golf et la pinède ou le centre de thalasso. Les chambres sont équipées de téléphone, radio-réveil, TV écran plat 29 pouces, WiFi gratuit, plateau de courtoisie avec boissons chaudes, mini-frigo, coffre-fort, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs Jolie piscine extérieure (ouverte en saison), location de vélos classiques et électriques à l'hôtel. Programme d'excursion pour découvrir la région avec un guide proposé par l'hôtel (payant). A proximité: terrain de golf 18 trous classé dans les 10 plus beaux golfs de France (à 50 m), randonnées pédestres en forêt, 80 km de pistes cyclables, tennis, base nautique (char à voile, catamaran...), casino, petits commerces, ...

CENTRE DE THALASSO VALDYS

Capacité 130 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Relié à l'hôtel par une galerie couverte, cet institut de thalasso de 3000 m² utilise pour ses soins des boues marines naturelles de la baie de Bourgneuf, véritable concentré d'oligo-éléments, aux propriétés antalgiques et curatives, spécialement conseillées pour les personnes très fatiguées, les douleurs musculaires, les maux de dos, tendinites....

En accès libre pour les curistes et accompagnants: très grande piscine d'eau de mer chauffée à 31°C, bain à remous extérieur avec vue sur la pinède, hammam, sauna, une salle de repos avec une tisanerie, solarium et salle de cardio training et musculation. Toutes les semaines, une large palette de cours collectifs payants vous est proposée (Aquafitness, Aquabiking, Bodybalance, Circuit training, Yoga, Bodypump, RPM, Pilates, Bodysculpt, Cuisse-Abdos-Fessiers, Stretching...).

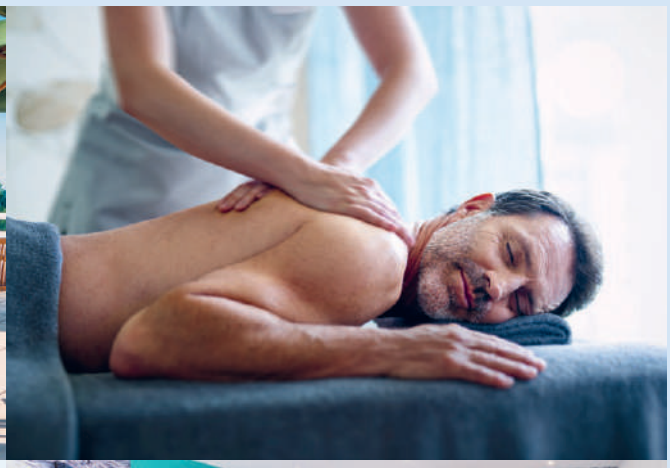
L'accès: *Voiture: 850 km de Genève – Avion: vol direct easyJet sur Nantes, puis env. 1h en voiture de location ou en taxi – Train: jusqu'à Challans.* ***Notre conseil:*** *Louer un vélo classique ou électrique à l'hôtel et partez à la découverte de Saint-Jean-de-Monts.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure, demi-pension et 24 soins (du 07.01 au 08.02 et du 11.11 au 19.12.24).*













ALLIANCE PORNIC HÔTEL THALASSO & SPA ★★★★

Fort de ses 30 ans de savoir-faire, Alliance Pornic se situe en Bretagne Sud, dans une crique préservée, dominant l'océan, à 15 min à pied du vieux port de Pornic, de son casino et de ses boutiques. Un lieu privilégié pour une parenthèse bien-être ou une remise en forme sportive.

L'hébergement Un bâtiment harmonieux entourant un ancien casino, heureux mélange d'un décor contemporain et d'inspiration marine. 112 chambres spacieuses avec terrasse ou balcon, 4 suites junior vue océan et 2 suites exclusives. Equipement des chambres: téléphone direct, TV écran plat (TNT et câble), WiFi gratuit, plateau de courtoisie (thé, café, tisane à discrétion dans la chambre), coffre-fort, sèche-cheveux. Literie de qualité.

Les sports et loisirs Location de vélo (en saison). A proximité: sports nautiques (été), golf 18 trous à 5 km, tennis, équitation et 34 km de Sentiers des Douaniers longeant la mer.

ALLIANCE PORNIC THALASSOTHÉRAPIE

Capacité: 220 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Le magnifique Espace Forme, la terrasse vue mer, l'espace Spa à l'atmosphère zen sont résolument une invitation à la détente. Intégrée à l'hôtel, la thalassothérapie dispose de cabines équipées de matériel de dernière génération: Physioscan, Oligoscan, Miltaled... en complément des soins thalasso.

A disposition: Espace Forme ouvert de 9h à 20h, avec parcours aquatique de 350 m² chauffé à 33°C et bassin de natation d'eau de mer, sauna, hammam à l'eucalyptus, salle de relaxation, salles de fitness et de musculation. 50 cours collectifs par semaine et marche tonique matinale. Espace Spa avec nombreux soins à la carte: modelages et rituels du monde, massages ayurvédiques, soins beauté visage et beauté corps,... Encadrement médical et diététique. Menus diététiques: détox/minceur et ayurvédique.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Transferts aéroport de Nantes/hôtel et retour offerts aux curistes dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Situation privilégiée, les pieds dans l'eau et proche du village de Pornic
- Excellent choix de forfaits thalasso
- Espace Forme de 4000 m² en accès libre de 9h à 20h
- Salle Capital Santé avec cryothérapie, détox infrarouge, physioscan, oligoscan et miltaled

__L'accès:__ Voiture: 933 km (880 km sur autoroute) de Genève – Avion: vol direct easyJet de Genève à Nantes, puis 40 min de transfert. __A savoir:__ Un dépôt de 80 euros (en espèces ou carte de crédit) vous sera demandé pour l'utilisation du peignoir de la thalasso; vous pourrez, bien sûr, récupérer cette somme à la restitution du peignoir en fin de cure. __Notre conseil:__ Profitez de vous balader sur les sentiers douaniers qui longent la côte et offrent de magnifiques points de vues.

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Patio, demi-pension et 24 soins (du 07.01 au 03.02, du 29.09 au 19.10 et du 03.11 au 04.12.24).*

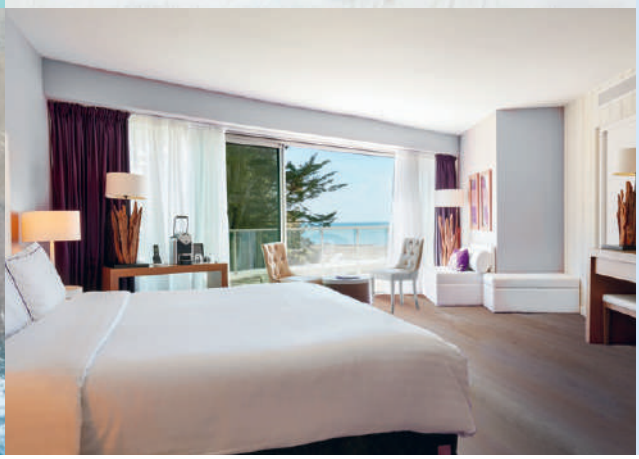












RELAIS THALASSO PORNICHET - BAIE DE LA BAULE ★★★★

Cet hôtel confortable se situe à quelques mètres de la baie mythique de La Baule, au cœur d'un parc aux arbres centenaires, avec l'océan pour seul vis-à-vis. A seulement 30 m de la plage et à 2 pas du port de Pornichet, il offre un cadre idéal pour une parenthèse bien-être.

L'hébergement Entièrement repensé et construit autour d'une bâtisse d'époque, cet établissement dispose de 105 chambres au décor raffiné offrant une vue sur le parc ou la mer, réparties entre les ailes modernes et la partie château. Equipement des chambres: téléphone direct, TV satellite, WiFi offert, frigo, machine Nespresso, coffre-fort, air conditionné, salle de bains avec baignoire et douche à l'italienne, sèche-cheveux. La plupart des chambres disposent également d'une terrasse.

Les sports et loisirs 2 piscines intérieures d'eau de mer chauffée à env. 30°C dont une de 23 m très agréable avec vue sur les jardins et la mer. Piscine extérieure d'eau douce chauffée en saison, hammam, sauna, salle de cardio-fitness et jacuzzi. Salon de beauté et boutique. A proximité: golf, sports nautiques, tennis. Balade via le sentier des douaniers, visites dans les alentours (marché de Pornichet, Guérande, etc...).

CENTRE RELAIS THALASSO

Capacité: 100 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Cet élégant centre de thalassothérapie de 2500 m² intégré à l'hôtel, offre des espaces de soins lumineux dans une ambiance très «cocooning». L'atout majeur du centre est de proposer la Suite RelaisThalasso®, un lieu intime de 40 m² où sont pratiqués tous vos soins, sans planning ni horloge et avec une seule personne dédiée à votre bien-être. Lors des jours de soins, la Suite vous est entièrement dédiée pendant 1h/1h30 (seul ou à 2). Elle regroupe l'ensemble des soins de thalassothérapie classique (bain polysensoriel, modelage aux huiles ou sous pluie marine, gamme d'enveloppements dans le hammam, jet marin).

Espace hydromarin comprenant une piscine de 23 m avec couloir de nage, parcours aquatique avec geysers et jets sous-marins, un bassin ludique avec jets et cols de cygne (eau de mer) et jacuzzi, un sauna, un hammam, une petite salle de cardio-fitness et un espace lounge avec tisanerie. Possibilité de profiter librement des animations de la coach sportive (marche tonique matinale,..).

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Accueil VIP & 1 supplément Menu Wellness Attitude offerts dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Situation privilégiée face à l'océan avec accès direct à la plage
- Tous vos soins dans un même espace privatisé grâce au concept unique de la Suite RelaisThalasso®
- Magnifique buffet de petit déjeuner

Accès: *Voiture: 840 km (780 km sur autoroute) de Genève – Avion: vol direct easyJet de Genève sur Nantes, puis 50 min de transfert.* ***A savoir:*** *Les enfants de moins de 12 ans ont accès au bassin d'eau de mer de 10h30 à 12h et de 16h à 18h.* ***Notre conseil:*** *Ne manquez pas la visite de Guérande, jolie cité médiévale située à env. 15 min. en voiture de Pornichet.*

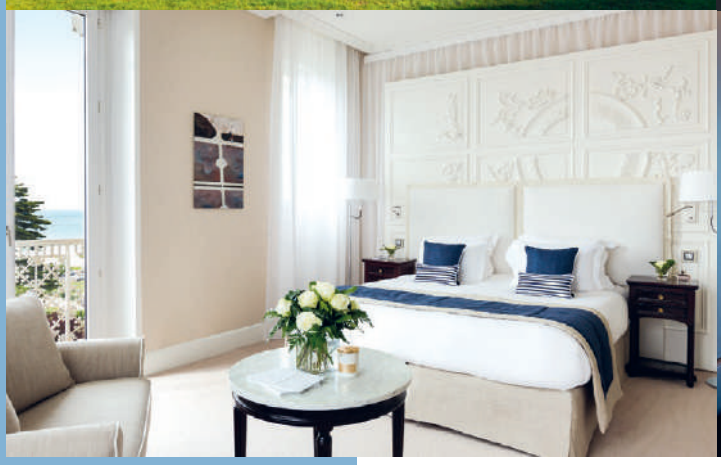
**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Confort Vue parc, demi-pension, 24 soins & activités (basse saison).*













HÔTEL BARRIÈRE LE ROYAL LA BAULE *****

Entre mer et marais salants, La Baule est répertoriée comme l'une des 30 plus belles baies du monde avec sa splendide plage de 9 km de long. L'élégant Hôtel Barrière Le Royal se dresse face à la mer, à quelques pas du centre-ville. Véritable invitation au bien-être, cet établissement de luxe vous accueille dans un décor inspiré par l'éclat des cristaux de sel de Guérande qui incite à la relaxation.

L'hébergement Avec ses 87 chambres et suites tout confort, offrant une vue sur les villas bauloises ou sur la mer, cet hôtel possède le charme des palaces d'autrefois. Toutes les chambres sont équipées de téléphone direct, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné, certaines avec terrasse ou balcon.

Les sports et loisirs Espace marin comprenant piscines intérieure et extérieure d'eau de mer chauffées, parcours marin, jacuzzi, sauna, hammam et salle de fitness.
Avantages «Pass Evasion» au Resort Barrière La Baule: Mise à disposition de vélos, 1 séance initiation de 30 min offerte par personne durant le séjour et -20% sur les green fees 9 et 18 trous au Golf International Barrière La Baule, 1h de location de court de tennis et beach tennis offerte par jour et par chambre, et -10% sur les stages (selon disponibilités) au Tennis Country Club Barrière La Baule, 1 Instant de Peau© Biologique Recherche offert à La Thalasso & Spa Barrière La Baule, 2 coupes de champagne offertes au bar du Casino Barrière La Baule, accès offert au «Studio by Petit VIP» pour les enfants de 4 à 12 ans, selon ouvertures.

À proximité: voile, équitation, karting et quad, parc de loisirs, aventure et mini-golf. Visites et culture: musée Terre de Sel, Océarium du Croisic et musées de Saint-Nazaire.

THALASSO & SPA BARRIÈRE LA BAULE

Capacité: 160 curistes par jour – ouvert tous les jours

Directement relié à l'hôtel, la Thalasso & Spa Barrière magnifiquement rénovée, vous offre une expérience sensorielle poétique et innovante. Nouveau décor, nouveaux espaces, nouveaux soins, nouvelles activités et nouveaux partenaires. Au milieu des vagues, du sel et de la mer, elle décline, sur 3'000 m², un concept unique où l'innovation et l'imagination sont sans limites.

À la carte: gamme complète de massages, bains reminéralisants, enveloppements réinventés, réflexologie, drainage lymphatique, coaching sportif, yoga et soins esthétiques visage et corps (cryothérapie, ultrasons, oxygénation, lumière led...). Encadrement médical et diététique. Possibilité de restauration bien-être ou sans gluten.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Transferts aéroport de Nantes/hôtel et retour offerts aux curistes dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

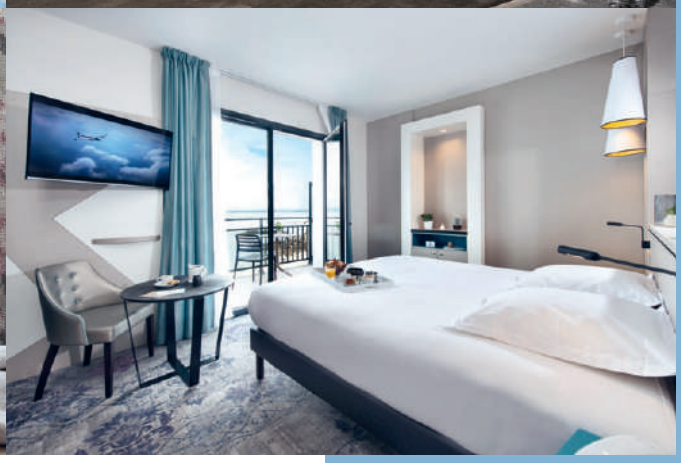
- Notre classification DDDDD
- Etablissement élégant entièrement rénové avec goût
- Avantages du Pass Evasion Barrière
- Grand choix de programmes de soins spécifiques

__L'accès:__ Voiture: 949 km (911 km sur autoroute) de Genève – Avion: vol direct easyJet de Genève à Nantes, puis 45 min de transfert. __A savoir:__ Dans le cadre de tous les programmes de soins, le club Babiwi (espace réservé et adapté aux tout-petits de 10 semaines à 5 ans) est offert le temps des repas. Dans le cadre des programmes de soins Maman/Bébé et Jeune Maman, le club Babiwi est également offert pendant la durée des soins. __Notre conseil:__ Partez en vélo à la découverte de la magnifique Côte Sauvage et régénérez votre capital Bien-être!

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure Vue Campagne, demi-pension et 24 soins (basse saison).*





HÔTEL VALDYS THALASSO & SPA – LA BAIE ★★★★

L'hébergement Avec ses 51 chambres confortables et sa vue magnifique sur la baie de Douarnenez, cet hôtel fraîchement rénové dans un style contemporain, offre un cadre apaisant pour votre séjour de thalasso. Toutes les chambres sont équipées de téléphone, TV écran plat, WiFi gratuit, plateau de courtoisie avec boissons chaudes, coffre-fort, sèche-cheveux. Balcon ou terrasse pour les chambres Supérieure, Supérieure Mer et les Suites.

Les sports et loisirs Cours d'aqua-sport (payants). Nombreuses possibilités de randonnées sur les sentiers côtiers. A proximité: petits commerces, restaurants, sports nautiques (en saison). Visites du patrimoine naturel de la région: site naturel des Plomarc'h (4 km), presqu'île de Crozon faisant partie du Parc Naturel Régional d'Armorique ou encore la fameuse pointe du Raz.

CENTRE DE THALASSO VALDYS

Capacité 130 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Directement relié à l'hôtel, cet institut de thalasso aux installations modernes, se déploie sur 1500 m², avec en toile de fond, une vue sur la baie de Douarnenez à couper le souffle. Outre les soins de thalassothérapie classique, un personnel qualifié et attentionné y dispense une gamme complète de soins Beauté & Spa (gommages, massages du monde, soins visage et corps, innovations LPG, cryothérapie,...). Le centre dispose également de 3 cabines pour des soins en DUO.

En accès libre pour les curistes et accompagnants: un bassin d'eau de mer chauffée à 31°C, avec geysers, cols de cygne, jets sous-marins, 2 bains à remous, une rivière de marche en eau chaude et froide, un hammam, un sauna, une salle de repos, une tisanerie et salle de cardio training vue sur mer avec équipement Matrix dernière génération.

Situé à la pointe de la Bretagne, à quelques kilomètres de la fameuse pointe du Raz, cet établissement ouvert sur la mer, fait face à la presqu'île de Crozon. Niché au creux de la baie de Douarnenez, directement sur la plage de Sables Blancs, à env. 30 min à pied par le sentier côtier du centre-ville de Douarnenez, il ravira les amoureux de la nature et des espaces préservés. Ici, la pureté de l'air et la douceur du climat surprennent.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Hôtel récemment rénové avec accès direct à la plage
- Restaurant avec terrasse et vue panoramique sur l'océan
- Qualité des soins
- Destination nature et authentique
- Accès direct depuis l'hôtel à la plage des Sables Blancs



L'accès: *Voiture: 1030 km de Genève – Avion: vol Air France sur Brest via Paris, puis en 1h20 en voiture; vol direct easyJet sur Nantes, puis env. 2h30 en voiture de location– Train: jusqu'à Quimper, via Paris*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure, demi-pension et 24 soins (du 07.01 au 08.02 et du 11.11 au 19.12.24).*






HÔTEL VALDYS THALASSO & SPA - BEAU RIVAGE ★★★★

Situé à Roscoff, petite cité de caractère dans le Finistère, à l'emplacement même où le Docteur Louis Bagot créa les fondements de la thalassothérapie il y a plus de 120 ans, cet établissement confortable vous accueille dans un cadre préservé pour une parenthèse douce et iodée. A 5 minutes à pieds des commerces, des restaurants et du port, il est niché sur un rocher et bordé de 2 plages de sable, face à l'adorable île de Batz, avec un magnifique panorama variant au rythme des marées.

L'hébergement Bénéficiant d'un environnement calme et apaisant, cet établissement possède 75 chambres, baignées de lumière. Toutes les chambres ont un balcon ou une terrasse (en rez-de-jardin) et sont équipées de téléphone, TV écran plat, WiFi gratuit, plateau de courtoisie avec boissons chaudes, coffre-fort, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs Cours d'aqua-sport (payant). Nombreuses possibilités de randonnées. A proximité: petits commerces, casino, sports nautiques (en saison), golf de Carantec (à 13km). Visites du patrimoine culturel et naturel de la région avec une excursion à la Presqu'Île de Perharidy (à 4 km), à l'Ile de Batz (embarcadère à 2 km de l'hôtel + 15 minutes de traversée) ou encore à Saint-Pol-de-Léon, une cité au patrimoine unique (à 5 km).

CENTRE DE THALASSO VALDYS

Capacité 180 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Directement relié à l'hôtel, cet institut de thalasso de 3200 m² a pour principal atout d'offrir à ses clients une vue imprenable sur la mer, que cela soit depuis l'escalier principal reliant les 3 étages de la thalasso ou depuis l'Espace Spa Marin, de la salle de repos ou encore de la salle de fitness. Une véritable invitation à la détente et au ressourcement.

Côté soins, l'institut dispose de 33 cabines dédiées aux soins classiques de thalassothérapie et d'un Spa Beauté avec 20 cabines pour des instants de pure détente (massages du monde, soins du corps et visage...).

En accès libre pour les curistes et accompagnants: bassin ludique d'eau de mer chauffée à 31°C, 2 bains à remous extérieurs avec une vue exceptionnelle sur l'Île de Batz, piscine de natation d'eau de mer chauffée à 31°C, hammam, sauna, grotte à sel, salle de cardio-training, salle de repos vue mer avec tisanerie et solarium vue mer.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Cadre préservé et sauvage, changeant au gré des marées
- Spa Marin avec une vue imprenable sur la mer
- Accès direct de l'hôtel à la plage de Rockroum, pour un séjour les pieds dans l'eau ...
- Berceau de la thalasso créée il y a 120 ans

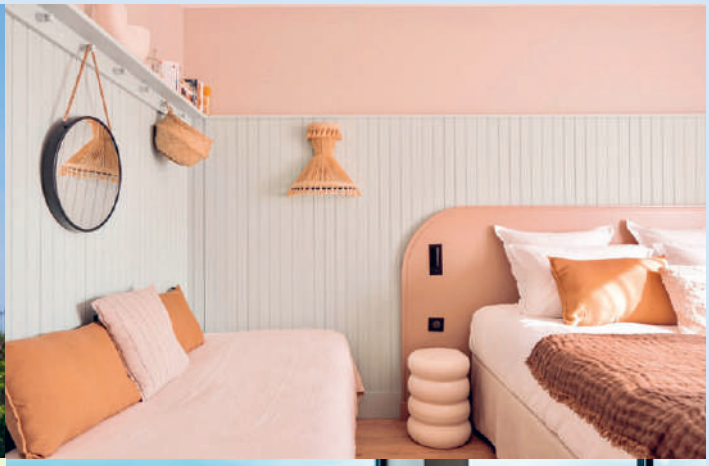
L'accès: *Voiture: 1050 km de Genève – Avion: vol Air France sur Brest via Paris, puis en 50 min en voiture de location ou taxi; vol direct easyJet sur Rennes, puis env. 2h20 en voiture de location– Train: jusqu'à Morlaix, via Paris.* ***A savoir:*** *L'accès à l'espace Spa Marin du centre est en accès libre pour les curistes ainsi que pour les accompagnants non curistes ou clients de l'hôtel sans soins. Les enfants sont sous la responsabilité d'un parent.*

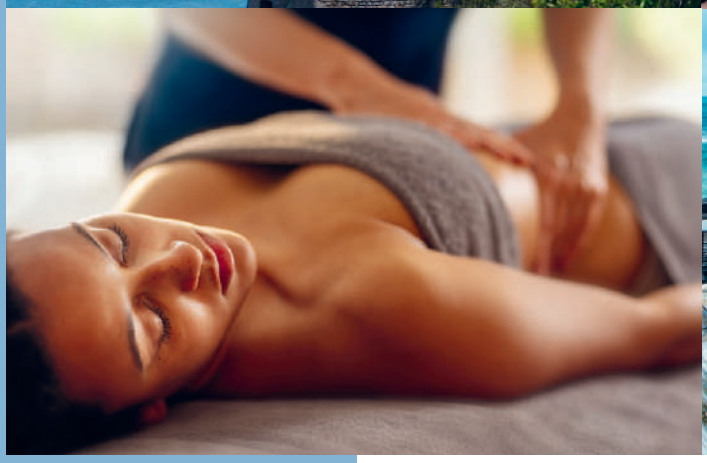
**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure, demi-pension et 24 soins (du 07.01 au 08.02 et du 11.11 au 19.12.24).*













EMERIA DINARD HÔTEL THALASSO & SPA ★★★★

Fièrement dressée sur l'estuaire de la Rance, Dinard est une destination appréciée pour sa douceur de vivre et son climat influencé par le Gulf Stream. A une dizaine de minutes à pied du centre-ville via le sentier longeant la mer, EMERIA Dinard est construit en espalier pour mieux épouser le relief. L'établissement offre une vue imprenable sur Saint-Malo et l'Ile de Cézembre.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Transferts aéroport de Nantes/hôtel et retour + visite guidée de la ville de Dinard offerts aux curistes dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Un hôtel lumineux et entièrement rénové où chaque espace est tourné vers la mer
- Emplacement privilégié : face à la superbe baie de Saint-Malo, non loin du centre-ville de Dinard
- Un havre de paix dans un décor contemporain

L'hébergement Bercé par le bruit des vagues et la beauté de la Côte d'Émeraude, cet établissement dispose de 103 chambres côté mer et 64 chambres cottage. Entièrement rénovées, les chambres côté mer vous offrent une ambiance marine avec une vue partielle, latérale ou pleine mer. Les chambres cottage, habillées de bois sablé et d'ardoise vous offrent un cadre intimiste et chaleureux. Modernes et spacieuses (entre 23 m^2 et 59 m^2), chacune d'entre elles est équipée de téléphone, Wifi gratuit, TV écran plat, mini bar, bouilloire, plateau de courtoisie, coffre-fort, sèche-cheveux. Les chambres rez-de-jardin s'ouvrent sur une terrasse avec des transats à disposition.

Les sports et loisirs Location de vélos électriques. Visites du patrimoine grâce aux excursions à Dinard, Dinan, Saint-Malo. Nombreuses possibilités de randonnées. A proximité: plage, petits commerces, casino, golf de Dinard (à 10 min en voiture), sports nautiques (en saison). En été, bateau-navette reliant Dinard à Saint-Malo.

EMERIA THALASSO & SPA

Ouvert 7 jours sur 7

Dès le Printemps 2024, découvrez un établissement entièrement rénové afin de vous apporter confort, bien-être et satisfaction lors de vos prochains séjours iodés. Cette rénovation se veut surprenante et innovante par l'utilisation des meilleures technologies et un décor unique!

Directement relié à l'hôtel, ce très bel institut de thalassothérapie est baigné de calme et de lumière naturelle. Faîtes l'expérience des bienfaits de l'eau de mer, grâce à une eau puisée dans la Manche et continuellement renouvelée et chauffée. Une équipe de professionnels vous accompagne également sur l'ensemble de votre séjour, pour vous apporter conseils et expertise.

En libre accès : bassin équipé d'un parcours marin, d'un couloir de marche à contre-courant et d'une ligne de nage; parcours marin extérieur; bassin d'activité; sauna et hammam; fontaine à glace; bassin d'eau de mer froide et salle de cardio-fitness et de musculation.

__L'accès:__ Voiture: 915 km de Genève – Avion: vol direct easyJet sur Nantes, puis env. 2h15 en taxi (transferts offerts) ou en voiture de location – Train: jusqu'à St-Malo, via Paris. __A savoir:__ Certifié ISO 14001, EMERIA Dinard est gage d'une responsabilité environnementale.

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Cottage Classique, demi-pension et 24 soins (du 01.10 au 31.12.24).*








ROZ MARINE THALASSO RESORT ★★★★

L'hébergement Avec ses 91 chambres dont 14 suites junior & 5 suites prestige au décor raffiné, toutes avec terrasse aménagée s'ouvrant sur la mer ou les jardins, il offre un cadre moderne et confortable pour votre séjour de thalasso. Toutes les chambres sont équipées de téléphone, TV connectée, WiFi gratuit, plateau de courtoisie avec boissons chaudes, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs Nombreuses possibilités de randonnées sur les sentiers côtiers. Durant les vacances scolaires françaises, Kids club pour les petits âgés de 3 mois à 10 ans (sur réservation et contre supplément). A proximité: commerces, restaurants, sports nautiques (en saison). Visites du patrimoine naturel et culturel de la région: le parc des Sculptures de Ploumanac'h, le phare de Mean Ruz construit en granit rose, les moulins à marée ou encore l'archipel des 7 Îles, la plus importante réserve ornithologique de France, située au large de Perros-Guirec.

THALASSO ROZ MARINE

Capacité: 27 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

Directement relié à l'hôtel, ce tout nouveau centre de thalasso est doté d'un magnifique jardin d'hiver de 200 m², véritable havre de paix pour se reposer entre deux soins, d'un parcours celtique avec hammam, saunas et bassins à diverses température, d'un parcours marin offrant une magnifique vue sur l'océan et d'une salle de fitness dernière génération Nohrd et WaterRower. Toutes ses installations sont en accès libre pour les curistes et accompagnants non curistes.

L'espace de soins est quant à lui composé de 27 cabines soins, dont 3 cabines Duo et 2 suites de 34 m². Outre les soins de thalassothérapie classique, un personnel qualifié et attentionné y dispense une gamme complète de soins Beauté & Spa (gommages, massages du monde, soins visage et corps, cryothérapie corps entier, ...).

Dernier né des centres de thalasso français, ce magnifique établissement se dresse face à la mer et la plage de Trestraou de la jolie station balnéaire de Perros-Guirec, au cœur de la Côte de Granit Rose. Construit dans un style épuré, il offre une ambiance chic mais décontractée pour un séjour de thalasso tonifiant face à la Manche, dans un environnement naturel envoûtant.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

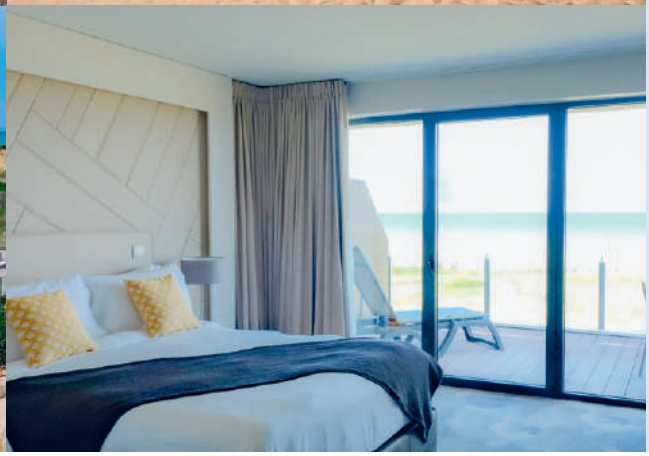
- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Tout nouvel établissement ouvert en mars 2023
- Très beau centre de thalasso avec magnifique jardin d'hiver et parcours celtique
- Destination nature et authentique, au cœur de la majestueuse Côte de Granit Rose



L'accès: *Voiture: 1000 km de Genève – Avion: vol Air France sur Brest via Paris, puis en 1h15 en voiture; vol direct easyJet sur Nantes, puis env. 3h10 en voiture de location - Train: jusqu'à Lannion (à 15 min de l'hôtel) ou Guingamp (à 35 min de l'hôtel), via Paris*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Chambre Argerat vue jardin, demi-pension, 18 soins et 6 cours collectif (du 19.01 au 10.02, du 29.09 au 19.10 et du 03.11 au 21.12.24).*



Face à l'océan, dans un parc de 6 hectares, le dernier né des instituts de thalassothérapie Thalazur, situé à 15 min à pied du centre-ville de Cabourg en longeant la célèbre promenade Marcel Proust. Un établissement au concept architectural zen et contemporain, largement ouvert sur la mer.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Situation privilégiée face à la mer avec accès direct à plage
- Magnifique piscine extérieure dominant les dunes
- Institut proposant une approche globale de la Minceur
- Très bonne table

THALAZUR CABOURG ★★★★

L'hébergement 165 chambres spacieuses et confortables, toutes avec balcon ou terrasse, offrant une décoration soignée dans des tons sable avec une touche de couleur différente selon la catégorie. Toutes sont équipées de téléphone direct, TV écran plat (satellite/Canal+), WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie, coffre-fort, sèche-cheveux. Restaurant avec vue panoramique sur la mer.

Les sports et loisirs Très belle piscine extérieure d'eau de mer chauffée (disponible de Pâques à septembre) dominant les dunes et faisant face à la Manche. Salle de fitness, hammam et sauna en accès libre. Court de tennis, location de vélos. A 2 pas de l'institut, la Promenade Marcel Proust, la plus longue d'Europe avec 4 km réservés aux piétons. A proximité: sports nautiques (en saison), golf. Visites du patrimoine culturel de la région (Mémorial de Caen, plages du débarquement, les Planches de Deauville,...).

CENTRE DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

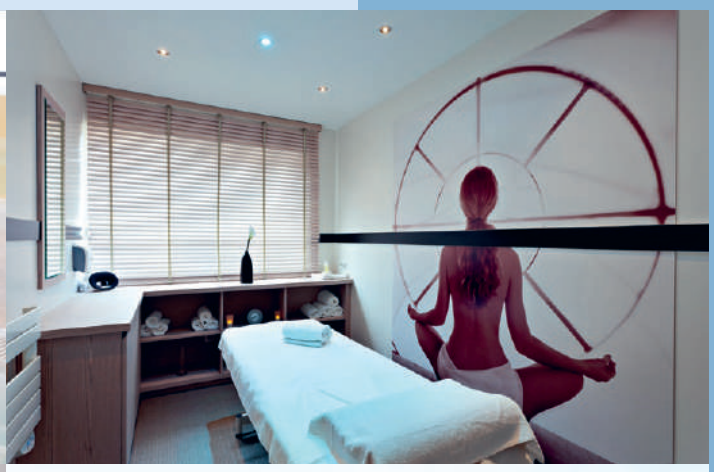
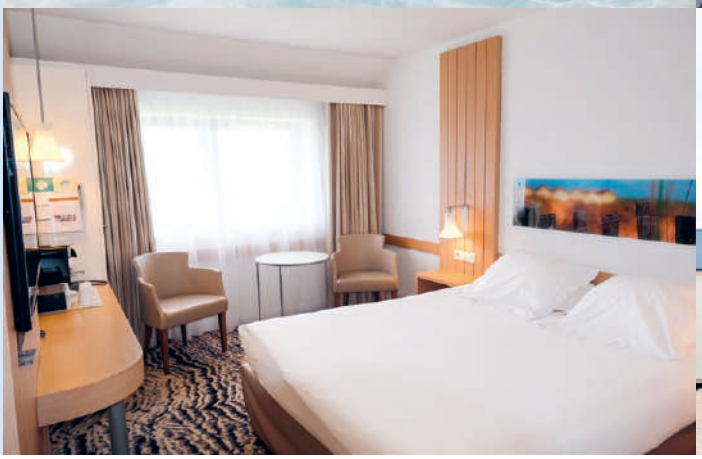
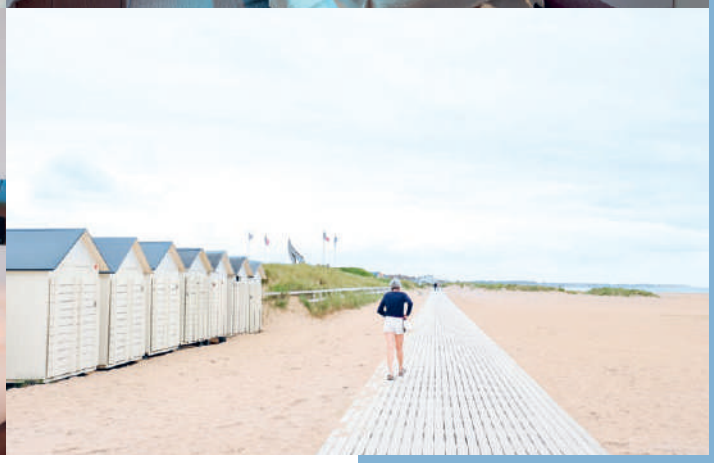
Intégré à l'hôtel, un institut moderne et lumineux, dont l'architecture sobre vous transporte dans un univers sensoriel, propice à la détente. Le savoir-faire des thérapeutes combiné aux équipements de haute technologie, vous attendent pour parfaire votre expérience de bien-être: chromathérapie dans les cabines, lits d'eau pour les enveloppements, massothermie, bains hydromassants et hydrojets dernière génération...

Espace Spa & Beauté proposant des soins esthétiques, ainsi qu'un vaste choix de massages du monde. Libre accès à l'Espace Forme avec parcours marin d'eau de mer chauffée à 32°C, cours d'aquagym, hammam, sauna, salles de repos et de fitness. Encadrement médical et diététique.

L'accès: *Voiture: 750 km (autoroute) de Genève – Avion: vol direct Air France au départ de Lyon sur Caen, puis env. 30 min de transfert, ou vol direct sur Paris, puis env. 2h en voiture de location.* ***A savoir:*** *En exclusivité à Cabourg et en option sur l'ensemble des cures, le coaching sportif individualisé incluant 1 bilan sportif individualisé, 1 sortie longe côte, 2 séances d'aquabiking, 1 séance d'aquapower et 1 circuit training en salle de fitness.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Classique côté jardin, demi-pension et 18 soins individuels (du 07.01 au 09.02 et du 11.11 au 20.12.24).*



THALAZUR OUISTREHAM ★★★★

L'hébergement 89 chambres joliment aménagées avec une décoration douce et soignée dans des tons sable. Toutes sont équipées de téléphone direct, TV écran plat (satellite), WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie, coffre-fort, sèche-cheveux et climatisation. Joli bar & restaurant s'ouvrant sur les dunes de sable et la plage.

Les sports et loisirs Piscine d'eau de mer chauffée, salle de fitness, hammam et sauna en accès libre, y compris pour l'accompagnant non curiste. A 2 pas de l'institut, rue commerçante, cinéma et casino. A proximité: locations de vélos, sports nautiques (en saison), golf. Nombreuses possibilité de randonnées. Visites du patrimoine culturel de la région (Mémorial de Caen, plages du débarquement, les Planches de Deauville,...).

CENTRE DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 160 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, un institut à taille humaine, où une équipe de professionnels, soucieuse de votre bien-être, vous accueille dans un univers mêlant détente, sérénité et convivialité. Outre les soins traditionnels de thalassothérapie, l'institut propose également un Espace Beauté associé à 2 grandes marques cosmétique «Thalgo» et «Payot», ainsi qu'un vaste choix de massages du monde. Au cœur de l'institut, deux piscines d'eau de mer chauffée à 31°C avec parcours marin, aquabeds, jets sous-marins et jacuzzi en accès libre. Libre accès également au sauna, au hammam, ainsi qu'aux cours d'aquagym. Encadrement médical et diététique.

Située aux portes de Caen, directement sur la plage de Riva-Bella, vaste étendue de sable fin longue de 3 km et face aux dunes sauvages et protégées, vous pourrez profiter de la situation exceptionnelle de cette thalasso parfaitement intégrée au cœur de la station balnéaire de Ouistreham. Un établissement lumineux qui vous séduira par son confort moderne et son atmosphère décontractée.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

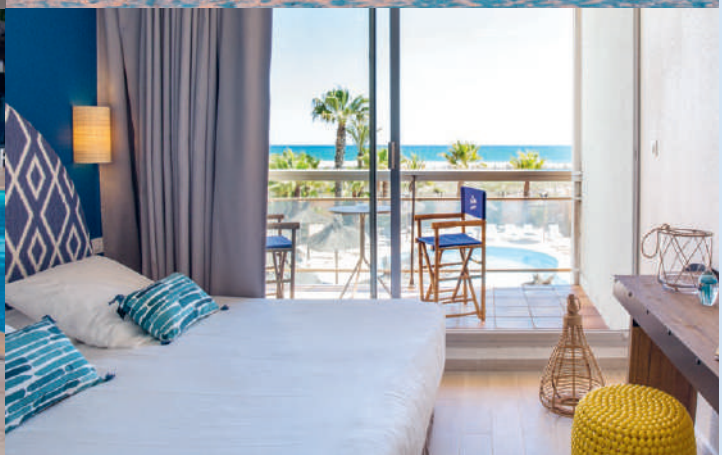
- Notre classification ⒹⒹⒹⓘ
- Situation privilégiée avec accès direct à la magnifique plage de Ouistreham
- Etablissement à taille humaine avec service attentionné
- Ambiance conviviale et familiale
- Très bon rapport prix/prestations



L'accès: *Voiture: 750 km (autoroute) de Genève – Avion: vol direct Air France au départ de Lyon sur Caen, puis env. 10min de transfert, ou vol direct sur Paris, puis env. 2h15 en voiture de location.* ***A savoir:*** *Les chambres n'ont ni balcon, ni terrasse.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Classique Citadine, demi-pension et 24 soins (du 07.01 au 09.02, du 01.10 au 20.10 et du 03.11 au 19.12.24).*



LES BULLES DE MER – HÔTEL SPA SUR LA LAGUNE ★★★★

A 20 km de Perpignan, aux abords de la petite station balnéaire de Saint-Cyprien, idéalement situé sur une plage de sable fin, cet établissement à l'ambiance bohème chic et décontractée, est un lieu parfaitement intégré à son environnement naturel entre mer et lagune. Il offre un cadre idéal pour se ressourcer, respirer et profiter du temps qui passe, dans un cadre préservé.

L'hébergement Cet établissement à taille humaine offre 50 chambres allant de 20 à 33 m², conçues comme des cocons intimistes. Toutes sont dotées de balcon ou terrasse privative allant jusqu'à 16m² (chambre Deluxe terrasse ou Bulle Signature) avec vue sur la lagune, les montagnes ou la mer. Toutes sont équipées de téléphone direct, TV écran plat, WiFi gratuit, coffre-fort, air conditionné, plateau de courtoisie avec thé/café et salle de bain avec douche à l'italienne, sèche-cheveux et WC séparés.

Les sports et loisirs 1 piscine extérieure chauffée (hors été), accès direct à la plage de sable fin. En supplément: location de vélos, cours de yoga, de Pilates, de paddle et de Body Sculpt. Salle de fitness ouverte de 7h30 à 22h. A proximité: Golf 27 trous avec practice et stages à 5 min de l'hôtel, sports nautiques. A visiter dans la région: Le Canigou, Collioure, Perpignan ou encore Figueras avec son musée Dali.

LE SAND SPA LES BULLES DE MER

Capacité: 5 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7 (fermé le dimanche après-midi)

Intégré à l'hôtel, ce très joli Spa, lumineux et décoré dans des teintes claires, est un véritable appel au calme et à la sérénité. Une équipe de professionnels vous propose une gamme complète de soins de balnéothérapie, de beauté et de détente, pour un séjour 100% cocooning ou de lâcher-prise.

A disposition: salle de fitness, jacuzzi, sauna individuel Vital Dôme et «Bulle de Flottaison Sensorielle» dans une eau chargée en sel d'Epsom.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Etablissement joliment rénové dans un esprit bohème chic
- Environnement naturel préservé
- Ambiance décontractée
- Joli Spa s'ouvrant sur la mer
- Table aux produits bio et locaux
- Cours de Yoga avec possibilité de prendre un petit déjeuner yogi (yogi bowl avec graines de chia, laitage végétal et fruits) après le cours

L'accès: *Voiture: 603 km (575 km sur autoroute) de Genève – Train: 6h jusqu'à Perpignan via Lyon, puis 15 min de transfert – Avion: vol direct easyJet sur Toulouse ou Barcelone, puis location de voiture (env. 2h30 de route).* ***A savoir:*** *Hôtel avec ouverture saisonnière, de fin avril à mi-octobre – L'accès Spa, ainsi que les soins sont interdits au moins de 16 ans – Gastronomie: le Chef revisite le végétal, tout en privilégiant les produits locaux, issus de l'agriculture raisonnée ou biologique. Il propose une carte gourmande et saine, juste équilibre de plaisir et de bien-être.*

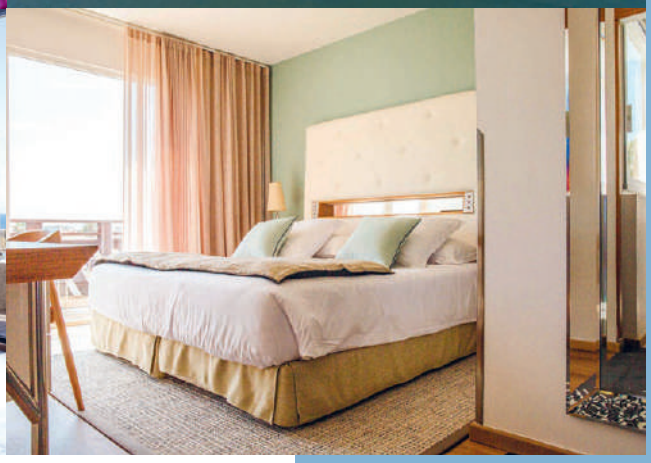
**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 3 nuits en double Classique Lagune, demi-pension et 9 soins individuels (du 22.09 au 06.10.24).*


Saint-Cyprien









HÔTEL THALASSO SPA ÎLE DE LA LAGUNE *****

L'hébergement Décoré avec goût dans un style contemporain et chaleureux, 36 chambres, suites et villas offrent tout le confort d'un établissement haut standing. Toutes les chambres ont une terrasse et un coin salon et sont équipées de téléphone, TV à écran plat, WiFi gratuit, Station iPod-iPhone, minibar, coffre-fort, machine Nespresso, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs Piscine extérieure d'eau douce chauffée en saison. Vélos électriques en location. Petite plage privée sur l'île. Golf 27 trous avec practice et stages à 5 min de l'hôtel (navette gratuite). En saison, bateau privé de l'hôtel pour vous emmener à la plage ou au port (service gratuit - sur réservation préalable à la réception). A proximité: sports nautiques. A visiter dans la région: Le Canigou, Collioure, Perpignan ou encore Figueras avec son musée Dali.

THALASSO SPA ÎLE DE LA LAGUNE

Capacité: 20 curistes par jour – Fermé dimanche après-midi

Intégré à l'hôtel, ce charmant centre de thalasso, le plus intime de France, propose uniquement des soins individuels, un massage quotidien dans chacune des cures et des équipements de dernière technologie avec un sens du détail aussi bien en termes de décoration que de prise en charge des clients. Avec seulement 10 cabines, dont 2 pour des soins en DUO, c'est un lieu unique pour une clientèle à la recherche d'une cure alliant thalassothérapie et cocooning avec un accompagnement personnalisé. Gamme de soins Spa & Beauté Biologique Recherche et Thalgo.

A disposition: joli espace repos avec tisanerie, piscine couverte chauffée avec parcours marin, hammam, sauna, douche sensorielle et fontaine à glace.

A 15 km de la ville de Perpignan, sur son île privée idyllique entourée d'eau et de jardins fleuris et relié à la terre ferme par un pont, ce magnifique boutique-hôtel membre de Relais & Châteaux, vous accueille pour un séjour d'exception sous le signe de la détente exclusive.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

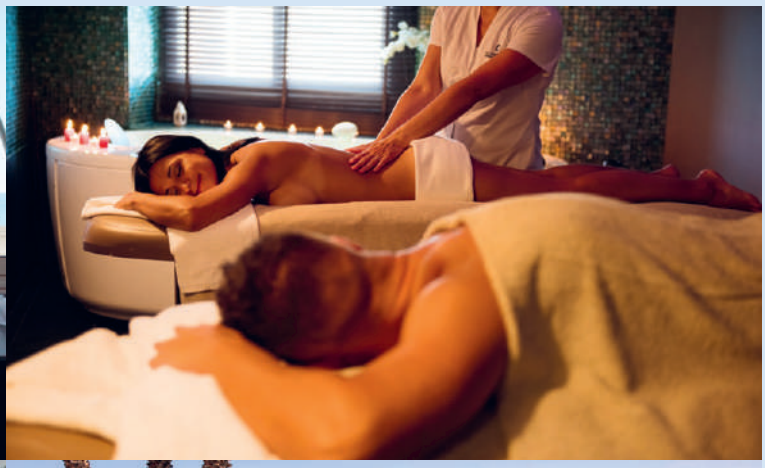
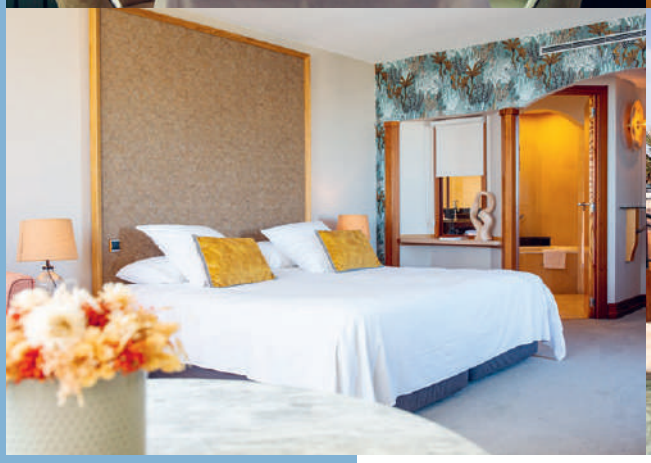
- Notre classification DDDDD
- Situation idyllique sur une île privée dans la lagune
- Excellente table (2 restaurants, dont un gastronomique)
- Cures cocooning et personnalisées dans un petit centre intimiste



Saint-Cyprien

L'accès: *Voiture: 603 km (575 km sur autoroute) de Genève – Train: 6h jusqu'à Perpignan via Lyon, puis 15 min de transfert – Avion: vol direct easyJet sur Toulouse ou Barcelone, puis location de voiture (env. 2h30 de route).* ***Notre conseil:*** *Si vous êtes en voiture, partez à la découverte de Collioure, charmant village aux ruelles pavées et aux maisons colorées.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Confort, demi-pension et 24 soins individuels (du 03.11 au 20.12.24).*


GRAND HÔTEL DES FLAMANTS ROSES ★★★★

Au pied des Pyrénées et au cœur du pays catalan, à 13 km de Perpignan, cet hôtel confortable est directement situé sur la plage de sable fin. Le centre de la station balnéaire de Canet-Plage se situe à 20 min à pied par la promenade longeant le bord de mer.

L'hébergement Etablissement comprenant 60 chambres et 3 suites, toutes récemment rénovées, avec vue mer ou jardin. Les chambres sont très spacieuses et lumineuses, toutes avec balcon. Toutes sont équipées de téléphone direct, WiFi gratuit, TV à écran plat, minibar, Machine Nespresso, coffre-fort, sèche-cheveux. Salles de bain avec douche entièrement rénovées début 2022. Chambres Prestige avec services additionnels. Possibilité d'être hébergé à La Résidence attenante: 25 appartements de 2 à 6 personnes; tarifs sur demande.

Les sports et loisirs Piscine extérieure chauffée d'avril à octobre. Location de vélos. Club enfants de 4 à 12 ans (durant les vacances scolaires françaises - offert). A proximité: club de plage et sports nautiques (été), tennis, VTT, parcours santé (Vita), golf international (27 trous), practice et école de golf à 3 km (navette gratuite). Visite de la splendide région: Le Canigou, Collioure, Perpignan et Figueras avec son musée Dali.

THALASSO LES FLAMANTS ROSES

Capacité: 120 curistes par jour – Fermé le dimanche après-midi

Décorée dans des teintes boisées et turquoises, la thalasso s'articule autour de 3 étages modernes et lumineux intégrés à l'hôtel, où sont prodigués des soins de thalassothérapie traditionnels, ainsi que des soins orientés spa & cocooning. Bains, jets, douches, enveloppements d'algues ou de boues, modelages, hydrojet, massothermie, pressothérapie, LPG, aquagym et jets sous-marins. Large gamme de soins spa et beauté (Thalgo): modelages ayurvédique, californien, shiatsu, polynésien, suédois ou shiroshampi, rituels, gommage et soins spa gourmands.

A disposition: piscine intérieure/extérieure d'eau de mer chauffée avec jacuzzis, sauna, hammam oriental, fitness, salle de repos, tisanerie et rooftop avec une vue panoramique sur la Méditerranée.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Equipe sympa et très compétente créant une ambiance familiale, accueillante et tonique
- Immense plage de 9 km pour votre jogging matinal située au pied de l'hôtel.
- Cabine DUO pour des moments privilégiés en couple ou entre amis.
- Très bonne table (assiette au guide Michelin en 2021 et Toque Blanche du Roussillon)

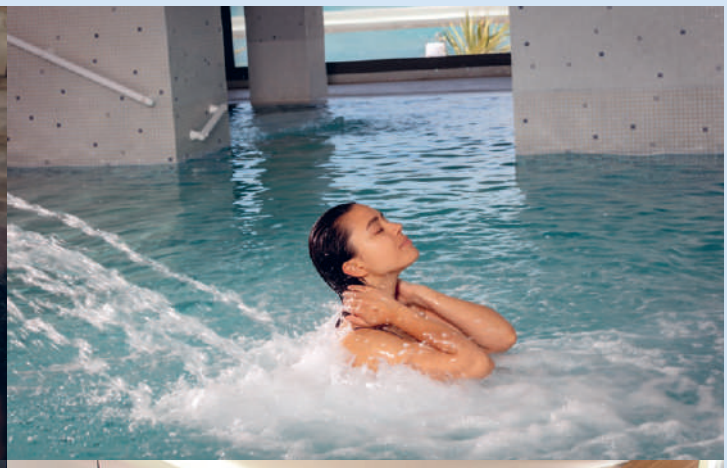
__L'accès:__ Voiture: 603 km (575 km sur autoroute) de Genève – Train: 6h jusqu'à Perpignan via Lyon, puis 15 min de transfert – Avion: vol direct easyJet sur Toulouse ou Barcelone, puis location de voiture (env. 2h30 de route). __A savoir:__ Les enfants de moins de 16 ans ont accès à l'espace marin de 12h30 à 14h30 et de 18h à 20h, ainsi que le dimanche après midi de 12h30 à 20h, sous la responsabilité des parents – Golf 27 trous à St-Cyprien (à 3 km – navette gratuite). __Notre conseil:__ Partez en balade depuis l'hôtel, dans la réserve naturelle du Canet pour admirer la richesse de la faune et de la flore méditerranéennes. Selon la saison, vous pourrez même y observer des flamants roses!

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Deluxe Jardin, demi-pension et 24 soins (du 07.01 au 28.03 et du 11.11 au 22.12.24).*

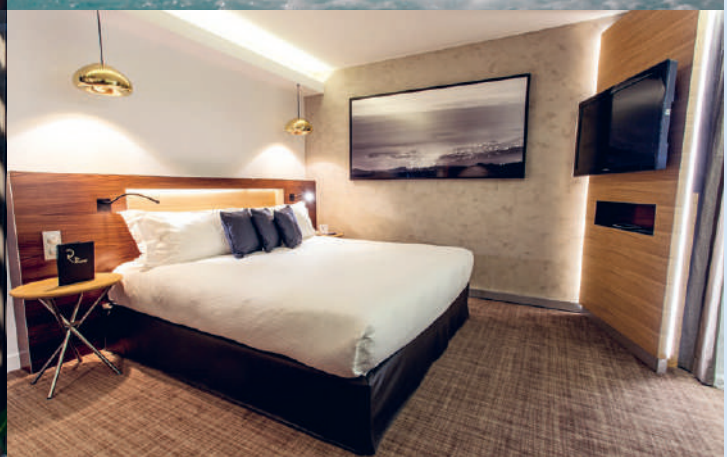

Canet-en-Roussillon











THALAZUR BANDOL ÎLE ROUSSE *****

Dans un environnement magique en parfaite harmonie avec le décor naturel des calanques, des pins d'Alep et des eaux bleues de la Méditerranée, l'hôtel Thalazur Bandol Ile Rousse jouit d'un emplacement privilégié, les pieds dans l'eau, à 5 min à pied du centre-ville et du charmant port de plaisance de Bandol. Un établissement prestigieux à taille humaine pour un séjour d'exception sous le soleil de la Méditerranée.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

7e nuit en petit déjeuner offerte aux curistes (hors haute saison)

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification DDDDD
- Etablissement de grand confort décoré avec beaucoup de goût
- Magnifique piscine extérieure avec vue sur la mer
- Excellente table - 1 étoile au Michelin
- Proximité du centre de Bandol

L'hébergement Avec une décoration résolument contemporaine et relaxante, l'hôtel Ile Rousse offre 55 chambres et 12 suites spacieuses et lumineuses, la plupart avec vue mer. Equipement des chambres: téléphone direct, TV avec Chromcast, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs Magnifique piscine extérieure d'eau de mer chauffée en saison, plage aménagée en saison située au pied de l'hôtel (location du transat entre 35€ et 50€ par jour, selon saison). A proximité: sports nautiques (été), tennis, golf 18 trous (à 5 km), randonnées pédestres, en quad ou VTT. A visiter dans la région: Les Calanques de Cassis, les îles de Porquerolles ou les villages préservés de l'arrière-pays où les traditions provençales sont encore très présentes.

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 60 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7.

Intégré à l'hôtel, en rez-de-plage, ce très bel institut de 800 m² offre des moments de pure détente. Environnement minéral et apaisant où les pierres de Calade, les pierres sèches grises ou blanches et les ardoises se côtoient avec harmonie pour une thalassothérapie cocooning.

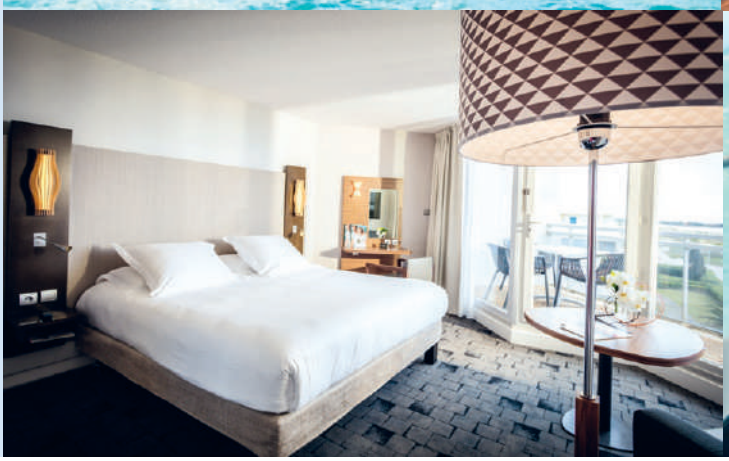
A disposition: parcours marin, piscine intérieure d'eau de mer chauffée, salle de cardio-fitness Technogym, sauna, hammam et tisanerie. Espace Spa proposant des soins de beauté, des rituels, des massages (ayurvédique, hawaïen, californien, asiatique) et des gommages.

__L'accès:__ Voiture: 458 km (344 km sur autoroute) de Genève – Train: 4h45 jusqu'à Toulon puis 15 min de transfert. __A savoir:__ Les futures mamans n'ont pas accès aux soins de thalasso.

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Exclusive Côté Rue, petit déjeuner et 24 soins individuels (du 02.01 au 06.01, du 15.01 au 13.04 et du 03.11 au 21.12.24)*








THALAZUR PORT CAMARGUE ★★★★

L'hébergement Hôtel confortable de 87 chambres avec balcon, récemment rénovées et offrant une jolie vue sur la Méditerranée ou les jardins. Toutes sont équipées de téléphone direct, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie avec thé/café, coffre-fort, sèche-cheveux et air conditionné. Chambres «famille» sur demande. Restaurant situé au 6e étage offrant une vue panoramique sur la baie d'Aigues-Mortes.

Les sports et loisirs Piscine extérieure chauffée (d'avril à octobre), plage privée et aménagée en saison au pied de l'hôtel (transats offerts pour les curistes en demi-journée, hors haute saison estivale), location de vélos. A proximité: sports nautiques, tennis, golf (18 et 9 trous), équitation. A faire dans la région: excursions en bateau, visite de la cité médiévale d'Aigues-Mortes, visite du vieux village du Grau-du-Roi et son port de pêche (en saison, bateau navette au pied de l'hôtel pour vous rendre au Grau-du-Roi),...

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 120 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7.

Intégré à l'hôtel, cet institut de thalassothérapie à taille humaine de 300 m² offre des soins de qualité dans un décor chaleureux aux couleurs du Sud.

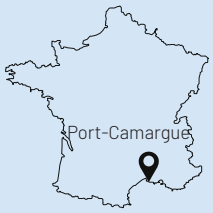
A disposition: bassin intérieur d'eau de mer chauffée avec cols de cygne, sièges bouillonnants et jets sous-marins, sauna, hammam, jolie salle de repos avec terrasse extérieure orientée vers les dunes, tisanerie et salle de cardio-training.

A la carte: divers gommages, massages du monde (californien, balinais, shitasu, tui na, ayurvédique,...), rituels beauté Spa et soins de beauté visage & corps Thalgo ou Payot.

Au cœur de la Camargue, posé sur une plage naturelle de sable fin et adossé au plus grand port de plaisance d'Europe, cet établissement se dresse face aux dunes et à la baie d'Aigues-Mortes. Il offre un cadre confortable et convivial pour votre séjour de remise en forme.

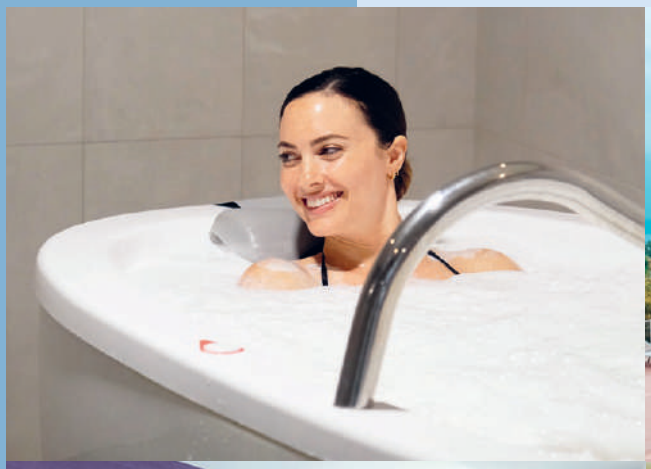
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓ
- Restaurant avec vue panoramique sur la Méditerranée
- Plage privée aménagée en saison (transats offerts en demi-journée pour les curistes - hors haute saison)
- Institut de thalassothérapie à taille humaine
- Très bon rapport prix/prestations



L'accès: *Voiture: 570 km de Genève – Train: 5h30 jusqu'à Montpellier, puis env. 30 min de transfert en taxi.* ***A savoir:*** *Les enfants de moins de 18 ans ont accès à la piscine intérieure de la thalasso de 17h30 à 19h45 sous surveillance d'un adulte.* ***Notre conseil:*** *Ne manquez pas de visiter la Camargue et les villes aux alentours: Aigues-Mortes, Nîmes, Avignon ou encore Montpellier.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Standard Vue Jardin, demi-pension et 18 soins individuels (du 01.01 au 09.02 et du 12.11 au 15.12.24).*






THALAZUR ANTIBES ★★★★

Niché sur les hauteurs d'Antibes, au calme, cet hôtel confortable, surplombe la Baie des Anges et bénéficie d'une vue imprenable sur les eaux bleues de la mer Méditerranée et le massif des Alpes du Sud.

L'hébergement 116 chambres spacieuses et baignées de lumière, au décor contemporain avec terrasse privative, ainsi que 46 logements en résidence. Toutes les chambres sont équipées de téléphone direct, TV par satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs 3 piscines extérieures d'eau de mer, dont une chauffée (selon conditions climatiques), dominant la Baie des Anges. Cours d'aquagym et d'aquabiking (payants). A proximité: parcours de golf 18 trous, sports nautiques, Grasse et ses parfumeries, Nice, la Croisette de Cannes et de nombreux villages provençaux chargés d'histoire.

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE THALAZUR

Capacité: 120 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Institut intégré à l'hôtel, offrant un cadre agréable et zen. Des thérapeutes qualifiés y dispensent un large éventail de soins d'hydrothérapie, d'enveloppements, de gommages et de massages. Au cœur de l'institut de thalassothérapie, le Spa marin Thalazur, espace entièrement dédié au bien-être et à la beauté, offre une palette de soins issus de traditions ancestrales, empreints de qualité, d'authenticité et de cérémonial. Possibilité de faire des soins en Duo dans la Suite Spa (sur réservation).

A disposition: piscine intérieure d'eau de mer chauffée équipée de cols de cygne, sièges bouillonnants et jets sous-marins, jacuzzi, 3 piscines extérieures d'eau de mer, dont une chauffée (selon conditions climatiques), sauna, hammam, salle de cardio-training lumineuse, espace de relaxation et tisanerie.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

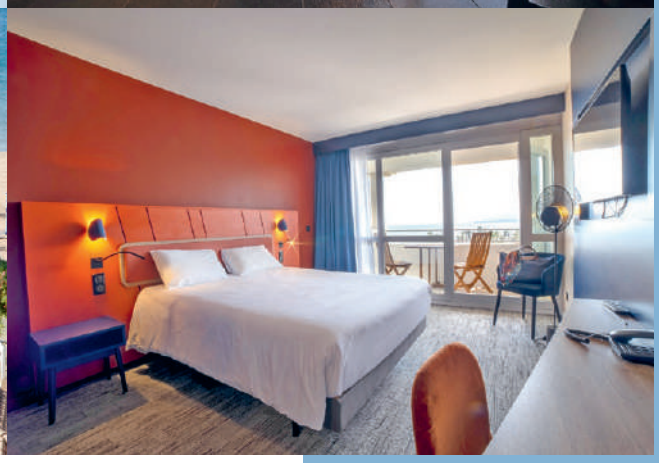
- Notre classification ⒹⒹⒹⓘ
- Magnifique vue sur les eaux bleues de la Méditerranée
- 3 piscines extérieures d'eau de mer dominant la Baie des Anges
- Très bon rapport prix/prestations

L'accès: *Voiture: 464 km (201 km sur autoroute) de Genève – Train: 6h30 de Genève jusqu'à Antibes, via Lyon, puis 15 min de transfert – Avion: vol direct SWISS ou easyJet sur Nice, puis 30 min de transfert.* ***Notre conseil:*** *Profitez de votre séjour pour découvrir l'arrière-pays avec ses villages pittoresques, ses oliviers et ses grands espaces*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Citadine, demi-pension et 18 soins (du 01.01 au 28.03 et du 05.10 au 26.12.24).*





MERCURE THALASSO & SPA PORT FRÉJUS ★★★★

L'hébergement Un hôtel confortable de 117 chambres aux tons chauds, joliment aménagées et orientées côté mer, marina ou ville. Toutes les chambres sont équipées de téléphone, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux et air conditionné.

Les sports & loisirs Piscine extérieure d'eau douce non chauffée. A proximité: sports nautiques (été), golf, tennis, équitation et vélo. A faire dans la région: excursions en bateau à Cannes et Saint-Tropez, visite de Grasse et de ses parfumeries, casino de Saint-Raphaël.

THALASSO & SPA

Capacité: 60 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

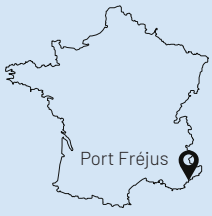
Récemment rénové, ce centre de thalasso très lumineux à taille humaine, directement relié à l'hôtel, offre un cadre cocooning pour un séjour de remise en forme face à la Méditerranée. Une équipe de professionnels bienveillants y prodigue une gamme complète de soins marins, mais également des soins de beauté Thalgo et Ella Baché et une palette complète de massage (californien, du cuir chevelu, deep tissu, ayurvédique, lomi lomi, balinais). Cabines DUO pour des massages ou des bains en couple ou entre amis.

A disposition: espace bien-être avec parcours marin intérieur, hammam, sauna, fontaine à glace, douche à neige, douches sensorielles et très jolie salle de relaxation avec vue sur la mer. Salon détente avec bar à tisane, salle de fitness.

Au cœur de la Côte d'Azur entre Cannes et St-Tropez, cet hôtel convivial se dresse en bordure d'une plage de sable, à 2 pas de la marina de Port-Fréjus. 2 km le sépare du centre-ville de la charmante ville de Fréjus la romaine et 5 km de Saint-Raphaël.

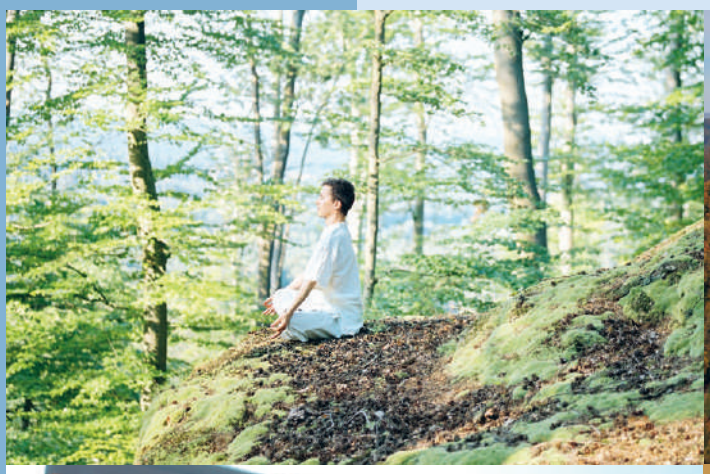
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓ
- Ambiance conviviale
- Centre de Thalasso & Spa entièrement rénové
- Possibilité de soins en cabine DUO
- Proximité de la plage



L'accès: *Voiture: 553 km (autoroute) de Genève – Train: 5h30 (TGV) jusqu'à St Raphaël puis 10 min de transfert – Avion: vol direct Swiss ou easyJet (55 min) sur Nice, puis 45 min de transfert.* ***A savoir:*** *Hors saison, la station de Port-Fréjus est très calme – Accès à la thalasso y compris parcours marin interdit aux moins de 18 ans – Pour un séjour dès 4 jours de soins, les clients devront présenter un certificat médical récent (moins de 15 jours) d'aptitude à la thalassothérapie.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double chambre Fugue vue ville, demi-pension et 24 soins (du 22.01 au 23.03 et du 27.10 au 28.12.24)*






Situé dans un cadre naturel exceptionnel, au cœur du Parc Naturel des Vosges du Nord classé Réserve de la Biosphère par l'UNESCO, à 2 km du pittoresque village de la Petite-Pierre, cet établissement engagé dans le développement durable, propose une approche d'accueil basée sur le bien-être global. Il offre une atmosphère propice au repos, au ressourcement et à la redécouverte de la nature.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓ
- Lieu calme et reposant, propice pour se ressourcer
- Restaurant certifié bio
- Soins de qualité et une prise en charge personnalisée
- Programme d'activités autour de la nature et du bien-être

LA CLAIRIÈRE BIO & SPA HÔTEL ★★★★

L'hébergement Niché en lisière de forêt, un bâtiment de 50 chambres toutes équipées de téléphone, TV à écran plat, WiFi gratuit, plateau de courtoisie avec eau énergétisée et tisanes bio, salle de bains avec sèche-cheveux et literie en latex naturel, coton et laine bio pour un sommeil réparateur. La majorité des chambres ont également un balcon.

Les sports & loisirs Bibliothèque, billard. Activités proposées par l'hôtel: sorties en forêt pour découvrir la faune et la flore des Vosges du Nord, cours de cuisine, Qi Gong, relaxation, promenades méditatives, séances de yoga. Nombreuses possibilités de randonnées.

SPA & BIEN-ÊTRE

Capacité: 10 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

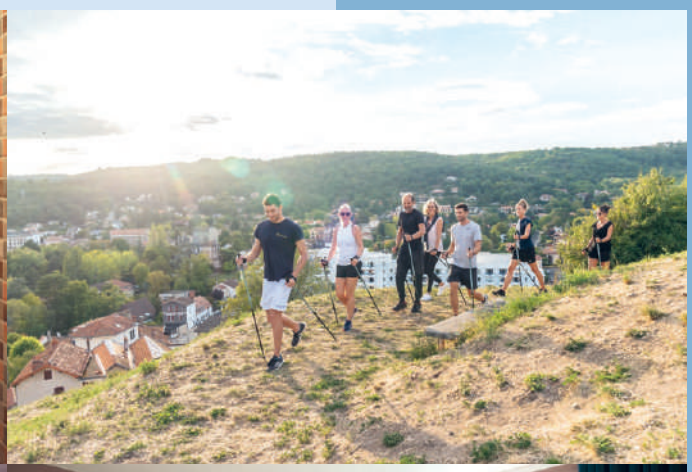
Relié à l'hôtel, ce joli Spa de 1000 m² à l'ambiance zen, s'ouvre sur la nature au travers de larges baies vitrées. Il offre une approche personnalisée avec un diagnostic de départ pour chaque cure, afin d'élaborer un programme de soins et d'activités adaptés aux objectifs de chacun. Une équipe de praticiens attentifs y dispense un large éventail de prestations: soins Spa, soins de beauté, mais également une gamme complète de thérapies énergétiques telles que massages ou issus de la médecine traditionnelle chinoise.

A disposition des curistes: piscine intérieure chauffée à 28°C, piscine extérieure chauffée à 30°C toute l'année, jacuzzi, caldarium, hammam, saunas, fontaine de glace, salle de fitness, salle de repos et solarium extérieur. Méditation, yoga, Qi Gong, oxygénation en forêt et séances sportives.

L'accès: *Voiture: 420 km (360 km sur autoroute) de Genève – Train: env. 5h de Genève à Saverne, via Bâle et Strasbourg, puis 30 min de transfert en taxi.* ***A savoir:*** *Cuisine énergétique et gourmande concoctée exclusivement à base de produits issus de l'agriculture biologique ou sauvages – Etablissement engagé dans une démarche de développement durable.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 2 nuits en double Classique, demi-pension bio et 2 soins (du 03.02 au 31.12.24)*





RÉSIDENCE DE TOURISME AÏGA RESORT ★★★★

L'hébergement La résidence de tourisme propose 90 studios et appartements modernes, entièrement équipés pour vous offrir un séjour serein (TV écran plat, WiFi gratuit, cuisine équipée, salle de bain avec produits d'accueil et sèche-cheveux). La plupart dispose d'un balcon ou d'une terrasse offrant une vue dégagée sur la ville historique de Châtel-Guyon ou les contreforts des Combrailles et la forêt. Lits faits à l'arrivée et linges de bain fournis. Ménage de départ inclus (sauf coin cuisine, vaisselle et poubelle à vider).

Les sports et loisirs A proximité: nombreuses possibilités de randonnées pédestres et VTT, golf, équitation et toute l'animation de la petite ville de Châtel-Guyon avec ses commerces, son casino, son théâtre, ses cafés et ses restaurants. Châtel-Guyon est également un point de départ idéal pour partir à la découverte des beautés de l'Auvergne. Vulcania (premier parc européen consacré à l'exploration des volcans et des sciences) à 20 km.

AÏGA SPA THERMAL

Capacité: 26 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

Directement relié à l'hôtel, ce tout nouveau Spa Thermal vous accueille dans un environnement chaleureux inspiré par la beauté des volcans d'Auvergne. Le Aïga spa thermal se veut 100% naturel, grâce à l'alliance subtile des bienfaits de l'eau minérale thermale de Châtel-Guyon et des actifs végétaux de la gamme de produits cosmétiques Beauty GARDEN 100% bio et locaux.

A disposition des curistes: bassin en eau thermale de 150 m² avec cols de cygne, couloir de nage à contre-courant, transats immergés..., bain à remous extérieur, douches expérientielles, hammam, salle de détente en lumière noire, solarium et tisanerie.

Idéalement située aux pieds des Volcans d'Auvergne, Châtel-Guyon est une ville d'eaux accueillante et vivante où vous aimerez vous ressourcer! L'Aïga Resort, nouveau complexe thermal de Châtel-Guyon, a été conçu pour réunir et relier entre eux tous les services nécessaires pour un séjour bien-être réussi en proposant une résidence de tourisme 4*, un spa thermal 100% naturel, un restaurant avec une carte basée sur le principe de la micronutrition et un espace forme proposant des activités sportives et relaxantes...

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

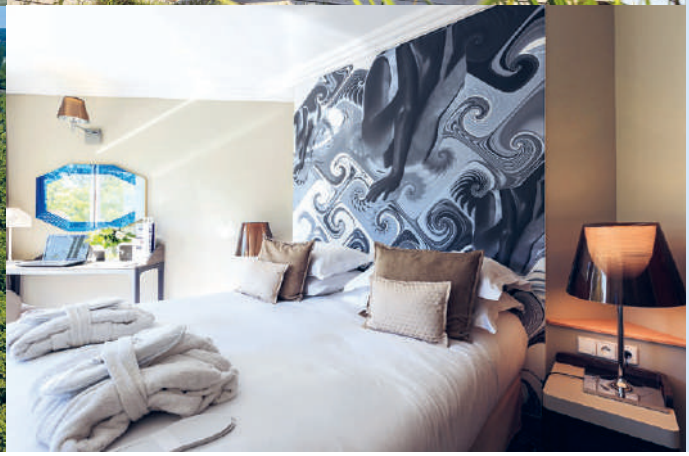
- Notre classification ⒹⒹⒹⓘ
- Résidence hôtelière moderne offrant un excellent rapport prix/prestations
- Situation au cœur de la charmante ville thermale Châtel-Guyon
- Spa-Thermal avec gamme de soins 100% naturel et bio



L'accès: *Voiture: env. 330 km de Genève.* ***A savoir:*** *Les mineurs de moins de 16 ans, même accompagnés, ne sont pas admis au sein du spa. Pour les femmes enceintes, les soins à base d'eau thermale et l'accès au bassin de détente ne sont pas autorisés et seuls les soins du visage et certains massages peuvent être réalisés sur présentation d'un certificat médical de non contre-indication émis par votre médecin traitant.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Studio «Alou», petit déjeuner et 18 soins (du 29.03 au 18.04 et du 11.11 au 07.12.24)*



Vichy, jolie ville thermale de renommée internationale, située en Auvergne à 3h30 de Genève, se trouve au cœur du parc naturel régional des Volcans d'Auvergne. Ce parc, le plus vaste d'Europe, est doté de paysages, faune et flore remarquables.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⓄ
- A 3h30 de Genève, destination idéale pour une escapade cocooning
- Espace esthétique de pointe - L'Institut des Laboratoires Vichy
- Pôle Santé les Célestins intégré
- Large palette de soins santé, beauté et bien-être
- Environnement nature, mais aussi culturel et sportif

VICHY CÉLESTINS SPA HÔTEL ★★★★★

L'hébergement L'hôtel Vichy Célestins Spa Hôtel se dresse dans le Parc Napoléon III, très verdoyant et plein de sérénité, en bordure du lac d'Allier, à deux pas du centre-ville. Un établissement de grand confort offrant 129 chambres et suites spacieuses et élégantes, toutes sont équipées de téléphone direct, radio, TV avec écran plasma, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs A proximité: sports nautiques (en été), 2 golfs (18 trous), tennis, VTT et randonnées. Opéra, casino et hippodrome. Musée du costume de scène à Moulins (56 km), Vulcania (premier parc européen consacré à l'exploration scientifique des volcans et des sciences) à 60 km.

VICHY CÉLESTINS THERMAL SPA

Capacité: 54 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

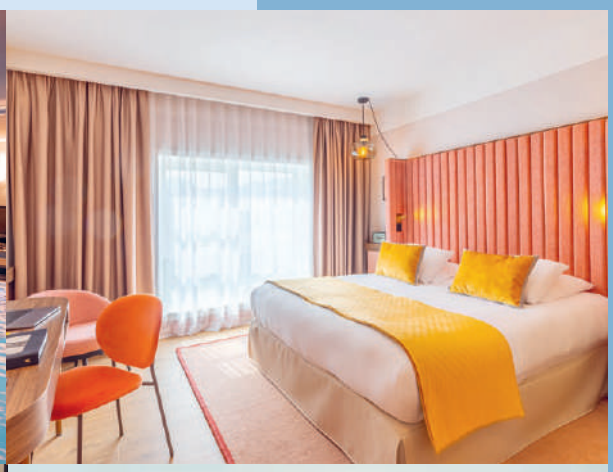
Relié à l'hôtel par une élégante passerelle couverte, un centre de soins lumineux et spacieux de env. 7500 m² mettant son expertise au service de la santé, du bien-être et de la beauté. Une équipe de professionnel y dispense une gamme complète de soins: soins «signature» à l'eau thermale, enveloppements de boues végétaux-minérales, la célèbre Douche de Vichy à 4 mains «L'Originale depuis 1896», nombreux modelages (relaxant, énergétique, aux pierres chaudes, ayurvédique,...), Iyashi Dôme ou encore luxopuncture. Espace beauté SkinCeuticals et L'Institut des Laboratoires Vichy, unique au monde. Pôle Santé intégré au Spa avec une équipe médicale pluridisciplinaire pour un encadrement et un suivi durant le séjour.

A disposition: bassin d'eau thermale, saunas, hammam, salle de cardio-fitness, tisanerie. Possibilité de séance de coaching sportif, aquabiking en piscine d'eau thermale, ostéopathie, cure de boisson d'eau thermale de Vichy sur prescription médicale. Encadrement médical et diététique. Boutique et salon de coiffure.

L'accès: *Voiture: 305 km (autoroute) de Genève – Train: env. 5h jusqu'à Vichy.* ***A savoir:*** *A Vichy, les commerces sont également ouverts le dimanche (+ de 300 boutiques).*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Deluxe Vue Spa, petit déjeuner et 22 soins (du 01.01 au 09.02 et du 10.03 au 07.04.24)*





GOLDEN TULIP AIX-LES-BAINS ★★★★

L'hébergement 101 chambres lumineuses et spacieuses au mobilier design, toutes climatisées et insonorisées, et équipées de téléphone direct, TV LCD plat avec réception satellite et Canal+, WiFi gratuit, coffre-fort, plateau de courtoisie, sèche-cheveux. Son nouveau restaurant, L'Alchimiste, s'ouvrant sur une terrasse avec une vue imprenable sur le parc japonais de la ville, vous accueille dans une ambiance chaleureuse et raffinée.

Les sports et loisirs Très bel espace aqua-détente. A proximité: casino (attenant à l'hôtel), golf de 18 trous avec practice et putting green, tennis, randonnées, VTT et sports nautiques sur le lac (été). Shopping, cinéma, bowling. Activités neige à 20 min (ski de fond et de piste, raquettes...).

SPA LA PARENTHÈSE BY SOTHYS

Capacité: 7 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, ce joli Spa de 1000 m2, vous propose une escapade dans un univers de sérénité avec des soins de qualité; une parenthèse détente, loin du tumulte du quotidien.

Très bel espace Aqua-détente avec piscine intérieure chauffée agrémentée de jets, col de cygne et nage à contre-courant, hammam brumeux, 2 jacuzzis, tunnel à expérience, sauna et douche suédoise, ainsi qu'un solarium et une salle de relaxation sensorielle.

Large gamme de soins à la carte: modelages (crânien, relaxant sur-mesure, réflexologie plantaire), soins du corps (gommage et enveloppement) et du visage... Possibilité de soins en cabine Duo.

Au cœur d'un parc arboré très agréable, cet établissement confortable et moderne saura vous séduire par la qualité de ses prestations et sa situation idéale dans le centre-ville d'Aix-les-Bains, à 200 m de la gare.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Proximité de Genève, idéal pour une escapade week-end
- Très beau Spa avec 400 m² d'Espace Bien-être
- Excellent rapport prix/prestations
- Situation centrale à 2 pas de la zone piétonne



L'accès: *En voiture: 90 km (autoroute – 40 min) de Genève – En train: env. 1h jusqu'à Aix-les-Bains (train direct). Gare à 200m de l'hôtel.* ***A savoir:*** *Actuellement, accès à l'espace Aqua-Détente offert pendant 1h30 par jour et par personne – Pour les enfants, accès à la piscine du Spa uniquement de 18h à 20h.*

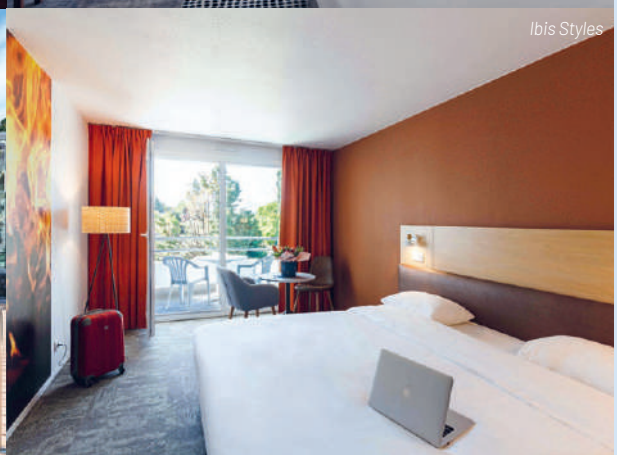
** Tarifs non connus lors de l'impression.*





Mercure





Ibis Styles

MERCURE DOMAINE DE MARLIOZ **** / IBIS STYLES AIX-LES-BAINS ****

Au cœur de la Savoie, au bord du lac du Bourget, Aix-les-Bains autrefois fréquentée par Napoléon III et l'impératrice Eugénie conserve l'élégance et le charme des villes d'eaux de la grande époque thermale. Le Mercure Domaine de Marlioz et l'Ibis Styles se dressent côte à côte dans un magnifique parc de 10 hectares, entourés d'arbres centenaires, à 1 km du centre-ville et à 400m du golf.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Mercure Domaine de Marlioz ⒹⒹⒹⒹ
- Notre classification Ibis Styles ⒹⒹⒹⓁ
- Hôtels & Spa récemment rénovés
- Situation dans un magnifique parc de 10 hectares
- Très beau Spa s'ouvrant sur le parc
- Ambiance conviviale et décontractée

Mercure Domaine de Marlioz Hôtel & Spa **

L'hébergement Récemment rénové avec pour thématique les 4 éléments, cet établissement confortable propose 60 chambres avec vue parc et montagne. Toutes sont équipées de salle de bain avec douche ou baignoire, téléphone direct, TV satellite, WiFi gratuit, coffre-fort, sèche-cheveux et air conditionné. Spa Nuxe intégré à l'hôtel et Centre Thermal à 100 mètres.

Ibis Styles Aix-les-Bains **

L'hébergement Convivial récemment rénové, propose 100 chambres, toutes équipées de téléphone direct, WiFi gratuit, TV satellite, sèche-cheveux et air conditionné. L'hôtel est situé à 150 mètres du Spa Nuxe et du Centre Thermal.

Les sports et loisirs Sur le site : parcours de santé, 1 piscine extérieure chauffée (ouverte en saison). A proximité: golf de 18 trous, practice et putting green (à 400 m), tennis, randonnées, karting, VTT et sports nautiques sur le lac (été). Cinémas, casino, bowling. Activités neige à 30 min.

SPA NUXE – DOMAINE DE MARLIOZ

Capacité: 17 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7 (pas de soin le lundi)

Intégré à l'hôtel Mercure et situé à 150 m de l'hôtel Ibis, ce superbe Spa Nuxe, magnifiquement rénové avec une verrière s'ouvrant sur le parc, propose des soins de balnéothérapie, ainsi que des soins cocooning et de beauté pour des instants de pure détente. Possibilité de soins en cabine DUO. Cours de Yoga.

A disposition en accès libre pour les curistes: hammam, piscine intérieure chauffée avec jacuzzi, bassin extérieur de détente chauffé, espace de relaxation avec vue sur le parc et espace de fitness.

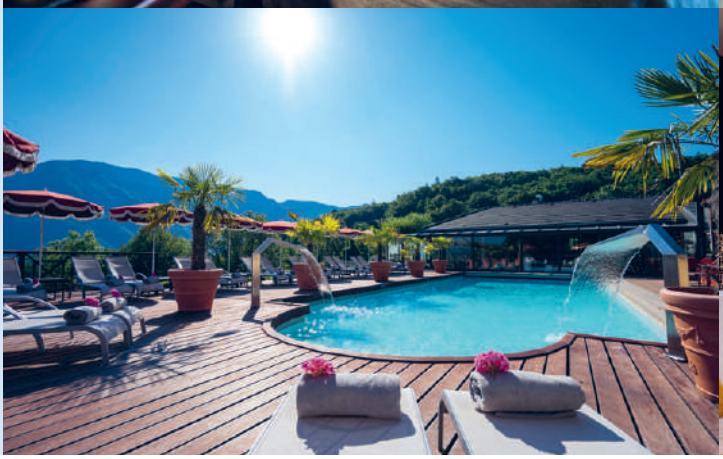
Également sur le site, un centre thermal proposant notamment des soins thermaux pour les voies respiratoires.

__L'accès:__ Voiture: 70 km (autoroute – env. 40 min) de Genève – Train: env. 1h jusqu'à Aix-les-Bains (train direct), puis 5 min de transfert en taxi. __A savoir:__ Les enfants de moins de 16 ans ne sont pas autorisés dans le Spa Nuxe. __Notre conseil:__ Ne manquez pas de faire une visite au Musée Faure qui possède une belle collection de tableaux d'impressionnistes et une très belle salle dédiée aux sculptures de Rodin.

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix à l'Ibis Styles incluant 2 nuits en double Standard avec petit déjeuner et 3 soins (du 01.01 au 07.05 et du 30.09 au 31.12.24).*








LES TRÉSOMS LAKE & SPA RESORT ★★★★

L'hébergement Dans cette bâtisse savoyarde aux touches Art Déco, 52 chambres et 2 villas, modernes et joliment décorées (chambres côté lac rénovée en 2022), avec vue sur la forêt ou le lac d'Annecy. Toutes sont équipées de climatisation, téléphone, TV écran plat, Wifi gratuit, minibar, coffre-fort, salle de bain avec douche ou baignoire, sèche-cheveux. Les chambres Deluxe offrent une vue lac; certaines bénéficient d'un balcon ou d'une terrasse.

Les sports et loisirs Piscine extérieure non chauffée, espace solarium avec vue sur le lac, location de vélos/VTT (nouveauté depuis 2023: parc de 30 vélos à assistance électrique), ping-pong, putting-green, court de tennis, billard. Accès au lac via un sentier pédestre (env. 15 min à pied). A proximité: nombreuses possibilités de randonnées, golf, sports nautiques sur le lac (été) et toute l'animation de la ville d'Annecy avec ses zones piétonnes commerçantes, ses cafés & restaurants, ...

LE SPA

Capacité: 8 cabines de soins, dont 2 Duo – Ouvert 7 jours sur 7

Jouxtant l'hôtel (accès via la terrasse), ce très joli Spa s'ouvre sur le lac d'Annecy et vous accueille pour un voyage sensoriel dans un univers de bien-être. Dans le respect de protocoles de soins précis et exigeants, une équipe de thérapeutes, vous propose un panel de gommages, d'enveloppements et de massages utilisant les produits Thalgo ou Douceur du Lac. Possibilité de soins en cabine DUO.

A disposition: bassin d'eau douce chauffée avec jets massant, hammam mauresque, sauna scandinave, espace détente et tisanerie.

A moins de 10 min en voiture du centre-ville de la jolie ville d'Annecy, au calme surplombant le lac, cet établissement de charme entièrement rénové, offre le cadre idéal pour une escapade détente entre lac et montagne.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓ
- Etablissement offrant une vue splendide sur le lac d'Annecy
- Lieu calme et reposant où il fait bon vivre
- Très bonne table
- Ambiance chaleureuse et décontractée



L'accès: *Voiture: 45 km (autoroute) de Genève.* ***A savoir:*** *Accès offert au plateau technique du club sportif PureForm de Saint-Jorioz (à 15 min en voiture de l'hôtel) sur demande à la réception - Pour votre confort et une meilleure qualité d'accueil, l'accès à l'espace bien-être du Spa est limité à une heure et sur réservation les samedis et dimanches - Le sauna et le hammam sont interdits aux moins de 18 ans - Les enfants séjournant à l'hôtel ont un accès réglementé au Spa de 9h à 13h du lundi au samedi et de 11h à 15h le dimanche.*

** Tarifs non connus lors de l'impression.*






Le Mirador Resort & Spa se dresse sur les hauteurs du Mont-Pèlerin au cœur des magnifiques vignobles du Lavaux, patrimoine mondial de l'UNESCO. Offrant un confort et un service haut de gamme depuis plus d'un siècle, ce lieu embrasse un panorama magique sur le lac Léman et les Alpes.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓓ
- Situation exceptionnelle avec un panorama unique sur le lac Léman et les Alpes
- Day Spa Suite (80 m²), pour disposer d'un espace bien-être privatisé avec hammam, jacuzzi et salle de massage
- 2 restaurants, l'un proposant une cuisine traditionnelle, l'autre des spécialités japonaises

LE MIRADOR RESORT & SPA *****

L'hébergement Le Mirador Resort & Spa vous propose un écrin de plaisir et de bien-être incluant, entre autre, 45 suites junior modernes de 50 m² avec terrasse privée panoramique. Equipement des suites junior: téléphone, écran TV LCD Full HD, connexion internet, minibar, machine Nespresso, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné, dressing.

Les sports et loisirs Piscine intérieure chauffée avec jacuzzi. Courts de tennis situé à 2 pas, circuits pédestres et marche nordique. De nombreuses possibilités d'excursion et de balades dans les vignobles du Lavaux. Dégustations de vin chez les vignerons de la région.

MIRADOR SPA BY ALPEOR & LE MIRADOR HEALTH CENTER

Capacité: 11 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

Le Mirador Resort & Spa propose une double approche wellness et médicale.

Intégré à l'hôtel, ce Spa haut de gamme offre, sur 1'750 m² avec vue sur le lac Léman, un décor au design tempéré par la douceur des matières et des coloris pour un luxe sans tapage. Il comprend 11 cabines de soin, 1 espace de relaxation, 1 boutique Alpeor, 1 salon de coiffure, ainsi qu'une «Day Spa Suite» privative comprenant un hammam, un sauna, un jacuzzi et 2 tables de massage.

A disposition: piscine intérieure, jacuzzi, sauna, hammam, fitness et cours collectifs. A la carte: grande variété de soins du corps et du visage: esthétiques, amincissants, relaxants et énergisants.

Relié au Spa, le Mirador Health Center propose des cures de vitalisation biomoléculaire pour détoxifier et revitaliser l'organisme, des programmes d'amincissement protéiné et un centre d'esthétique dentaire.

__L'accès:__ Voiture: 84 km (71 km sur autoroute) de Genève – Train: 50 min jusqu'à Vevey, puis 15 min en taxi ou avec le chauffeur de l'hôtel ou montée en funiculaire (arrêt à 10 min à pied de l'hôtel). __A savoir:__ Lieu au calme, en dehors des grands centres urbains. Idéal pour déconnecter et faire une pause régénératrice dans un univers fait de beauté, sérénité et qualité.

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 1 nuit en double Supérieur, petit déjeuner et 1 massage de 60 min (du 03.01 au 31.05 et du 15.09 au 30.12.24).*








RÉSIDENCE HÔTELIÈRE LES BAINS D'OVRONNAZ ★★★

L'hébergement Résidence hôtelière composée de 5 bâtiments, tous reliés directement au centre thermal par des galeries chauffées. La Résidence offre des studios et appartements avec service hôtelier, spacieux et confortables, tous avec balcon ou terrasse, côté Nord ou Sud. Equipement des studios (33 m²): téléphone, TV par câble, WiFi gratuit, coffre-fort, salle de bains avec baignoire ou douche, sèche-cheveux, kitchenette, canapé-lit 2 places ou 2 lits armoires. Equipement des 2 pièces (50 m²) et 3 pièces (50 m²): équipement identique avec canapé-lit 2 places au salon et 1 ou 2 chambres à coucher avec 2 lits côtes à côtes. A noter: certaines chambres sont assez éloignées du centre thermal.

Les sports et loisirs A proximité: en été, nombreuses possibilités de randonnées, VTT, tennis, parapente, minigolf. En hiver, joli domaine skiable, ski de fond, balades en raquettes.

LES BAINS D'OVRONNAZ

Ouvert 7 jours sur 7

Centre thermal convivial composé de 3 piscines intérieures et extérieures avec jacuzzi, bancs et lits de massages, jets sous-marins, cascades, cols de cygne, bassin pour les enfants, d'une salle de fitness et d'un sauna.

Relié au centre thermal, nouvel espace Spa & Bien-être de 1000 m² réservé aux adultes, comprenant 1 jacuzzi, 4 bassins Kneipp, 2 hammams, 2 saunas finlandais, 1 sauna infrarouge, 1 bain d'eau froide, 1 mur de sel, 1 douche brouillard froid, 1 douche pluie chaude, 1 chemin Paradis de l'eau, 1 chemin Tunnel Sibérien, 1 cascade d'eau froide, 1 cascade de glace, ainsi que des lits de sable chaud et lits de bain flottant.

Le centre thermal comprend également un espace Wellness avec une quinzaine de cabines où une équipe de thérapeutes dispense des soins d'hydrothérapie, des enveloppements d'algues, des massages d'ici et d'ailleurs, ainsi que des soins de beauté visage et corps.

Au cœur des Alpes, en Valais, sur un plateau ensoleillé exposé plein Sud, avec une vue panoramique sur la vallée du Rhône, les Bains d'Ovronnaz offrent un cadre unique pour un séjour de thermalisme à la montagne. Plus de 600 m2 de plans d'eau avec 3 piscines thermales (1 intérieure et 2 extérieures), jacuzzi et salle de repos, ainsi qu'un «Panoramic Alpine Spa» avec jacuzzi, hammam, saunas et salle de repos, soins bien-être... tout y est réuni pour vous garantir d'agréables moments de détente.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Apéritif de bienvenue offert

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

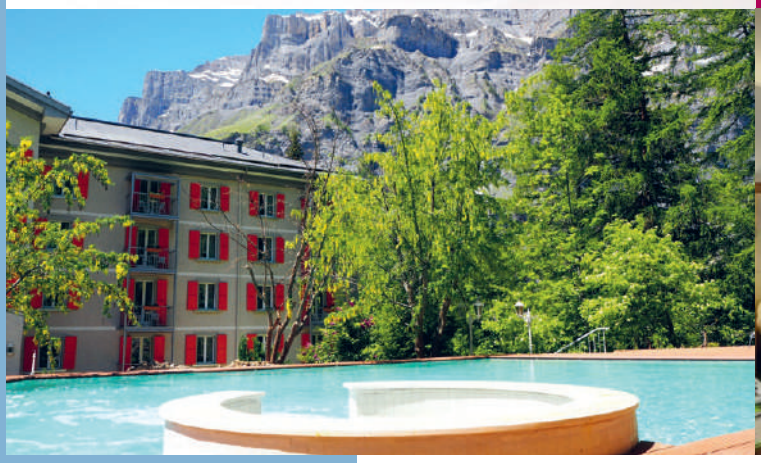
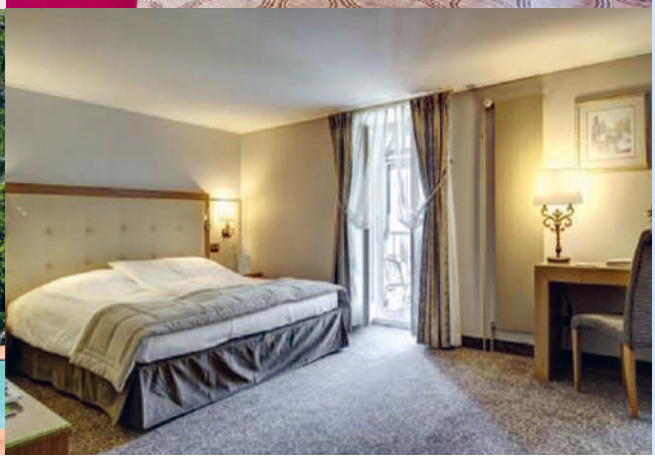
- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Site ensoleillé au cœur des Alpes
- Très bon rapport prix/prestations
- Espace Panoramic Alpine Spa de 1000 m²
- Idéal pour combiner Bien-être & Randonnée/Ski



L'accès: *Voiture: 156 km de Genève (autoroute jusqu'à Riddes), env. 2h de route – Train: jusqu'à Leytron, puis car postal jusqu'à Ovronnaz. Env 3h depuis Genève.* ***A savoir:*** *Les bébés sont également les bienvenus aux Bains («Pampers» piscine obligatoires) – Pensez à vous munir d'un linge pour aller aux Bains; ils ne sont fournis que pour les soins – Possibilité de participer gratuitement aux cours d'aquagym (4x par semaine – inclus dans l'accès aux Bains).*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 1 nuit en double Supérieure Sud, petit déjeuner et 1 soin (du 01.01 au 31.12.24).*



A 1'400 m d'altitude dans les Alpes valaisannes, au centre d'un amphithéâtre rocheux, Loèche-les-Bains est l'une des stations suisses les plus réputées pour son caractère typique de montagne, ses sources thermales et ses sports d'hiver et d'été.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓓ
- Charmant établissement au service raffiné
- Hôtel possédant sa propre source thermale
- Très bonne table
- Joli spa avec une équipe très compétente proposant une grande palette de soins

HÔTEL LES SOURCES DES ALPES ★★★★★

L'hébergement Au cœur du village, un hôtel résolument chic dans une demeure traditionnelle. 30 chambres, junior suites et suites, toutes claires et spacieuses avec balcon, récemment rénovées. Equipement des chambres: téléphone direct, radio, TV, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs En toutes saisons: piscine thermale à 36°C intérieure et extérieure de l'hôtel. A proximité: randonnées et excursions à la Gemmi, Adelboden, Torrent et Kandersteg. En hiver, ski alpin et de fond, patinoire et curling. En été: tennis, squash, VTT, murs de grimpe et escalade.

SPA THERMAL LES SOURCES DES ALPES

Capacité: 6 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

Une équipe de professionnels vous accueille dans ce joli Spa thermal de 900 m² à l'ambiance conviviale et vous propose des soins de remise en forme et de beauté, à base d'eau thermale riche en minéraux et oligo-éléments pour stimuler et équilibrer les fonctions de l'organisme. Soins préventifs et curatifs: bains revitalisants aux sels de montagne, massages, drainages lymphatiques, stone thérapie, enveloppements aux sels de montagne et fangothérapie.

A la carte: massage ayurvédique, soins de beauté visage et corps. Le Spa propose également une petite gamme de soins pour les enfants.

A disposition: piscine thermale interne et externe, sauna, hammam et salle fitness. Consultation médicale sur demande.

L'accès: *Voiture: 200 km jusqu'à Loèche-les-Bains (autoroute jusqu'à Sierre) de Genève – Train: 2h15 jusqu'à Leuk, puis 20 min en voiture ou bus.* ***A savoir:*** *Pour la période des fêtes de fin d'année, séjour minimum de 7 nuits.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 2 nuits en double Supérieure Nord, petit déjeuner et 2 soins (du 03.03 au 11.07 et du 18.08 au 23.12.24).*

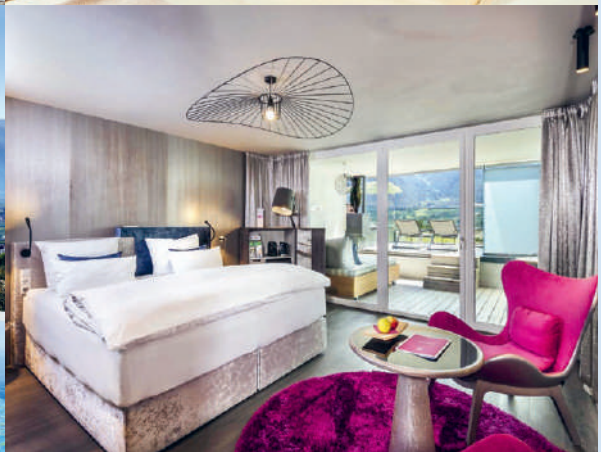












PREIDLHOF LUXURY DOLCE VITA RESORT ★★★★★

Tout au Nord de l'Italie, au pied du Parc Naturel «Texelgruppe», cet établissement entièrement dédié au bien-être se dresse sur une pente ensoleillée entre vignobles et arbres fruitiers, et offre un vue panoramique sur la vallée. Le centre-ville de la petite ville de Naturno se situe à 10 min de marche.

L'hébergement 71 chambres et suites au confort moderne et cosy, toutes très spacieuses (min 46 m²) avec balcon et vue sur la vallée. Toutes sont équipées de téléphone direct, TV écran plat, WiFi gratuit, minibar, machine à café, coffre-fort, climatisation, sèche-cheveux. Sac à dos, cartes de randonnée et bouteille d'eau dans chaque chambre.

Les sports et loisirs 5 piscines extérieures, dont 1 piscine de détente cristal de 440 m², piscine intérieure chauffée d'eau thermale aux propriétés anti-inflammatoire, grotte de cristal bleue avec cascades, pavillon de méditation, pavillon fitness avec appareils de cardio-fitness ultra-modernes, court de tennis, location gratuite de VTT, Vespas et de quad. L'hôtel propose également des cours d'initiation et des tours de Nordic Walking guidés, ainsi que des randonnées guidées, des sorties en VTT et de nombreux cours collectifs tels que aqua-fitness, stretching, gym dorsale, Yoga ou encore Qi Gong.

PREIDLHOF SPA

10 cabines de soins dont 1 Spa Suite et 2 cabines extérieures – Ouvert 7 jours sur 7

Situé dans la bâtisse historique du Resort, dans une ambiance calme et feutrée, ce Spa, ayant reçu de nombreux prix, offre une palette complète de soins. Vous pourrez opter pour un programme complet bien-être axé sur la relaxation, le lâcher-prise ou d'ayurvéda, ou alors simplement compléter votre séjour par ses soins à la carte. Nouveauté depuis 2022: le Spa propose également une palette de soins à base d'eau thermale.

En accès libre pour tous les clients de l'hôtel à la «Spa Tower», reliée directement au bâtiment principal et incluant 4 saunas différents, 1 hammam, 1 piscine d'eau salée chauffée à 36°C et diverses salles de repos. Construit sur plusieurs étages et offrant une vue panoramique sur la vallée, ce lieu offre est une réelle invitation à la détente et à la relaxation.

Encadrement médical avec une approche holistique et intégrative.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

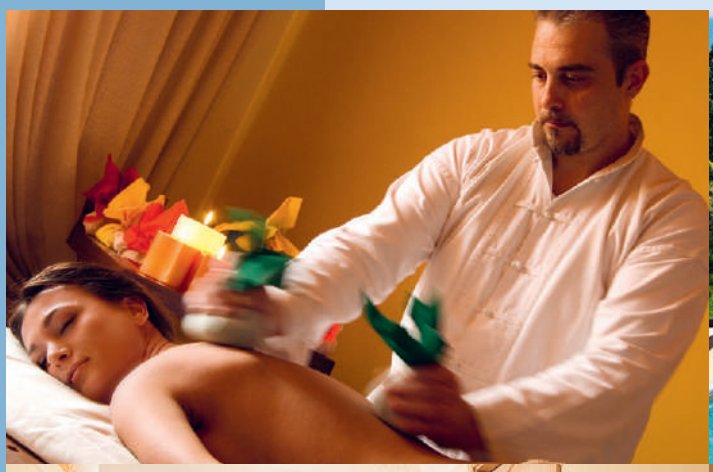
- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓓ
- Hôtel réservé aux adultes
- Etablissement spécialisé dans les retraites Bien-être
- Nouveauté: eau thermale dans la piscine intérieure et soins thermaux
- Un établissement 100% axé sur le bien-être avec de nombreuses prestations incluses
- Site offrant une vue panoramique sur la vallée
- Un lieu idéal pour combiner bien-être & randonnées pédestres ou VTT

L'accès: *Voiture: env. 650 km de Genève.* ***A savoir:*** *Pour un sommeil plus paisible, la fonction Wi-Fi est désactivée de 23h à 7h – Possibilité de préparer lors du petit déjeuner, votre collation à emporter pour la randonnée.*

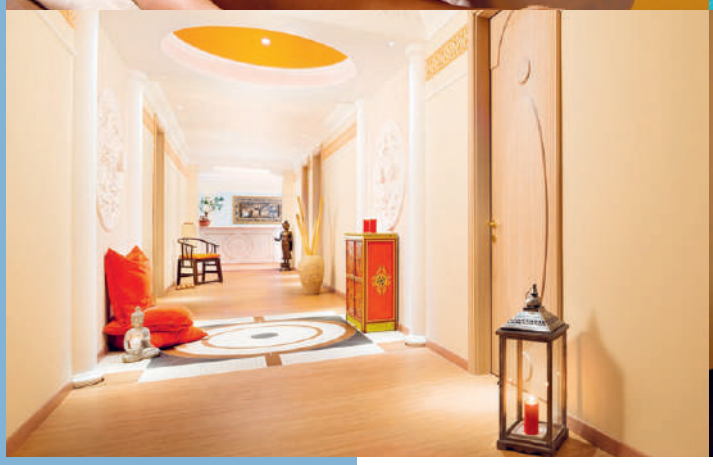
** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 4 nuits en double Luxury Suite You & Me, demi-pension et 3 soins «Zest Retreat» (du 23.03 au 27.03, du 06.04 au 20.04 et du 03.11 au 24.11.24).*













HÔTEL TERME METROPOLE ★★★★ SUP

Etablissement niché au cœur d'un magnifique parc de 33'000 m², à proximité du centre-ville d'Abano Terme. L'hôtel Terme Metropole propose des cures traditionnelles de fango, mais est également réputé pour son Spa Ayurvédique et ses cours de Yoga.

L'hébergement 186 chambres confortables, toutes avec balcon et équipées de téléphone, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, climatisation, sèche-cheveux. Un établissement agréable ouvert sur l'extérieur grâce à ses larges baies vitrées et ses îlots de détente aménagés dans l'immense parc-jardin.

Les sports et loisirs Dans le parc de l'hôtel, 5 piscines intérieures/extérieures. Nouvel espace thermal avec grotte sudatoire, sauna, hammam, fontaine à glace et douches sensorielles. Semaines spéciales Yoga (pour les dates, veuillez vous référer à notre grille de prix). Cours d'aquagym. Tennis, ping-pong, minigolf, salles de fitness intérieure et en plein air, aire de jeux. Vélos à disposition. Golf à 3 km.

ORIENTAL THERMAL SPA

Capacité: 80 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, ce joli Thermal-Spa à l'ambiance orientale ravira les amateurs de thérapies naturelles et de traitements ayurvédiques. Le mélange de la fangothérapie et des techniques du monde oriental fait la richesse et la particularité de son offre. Le centre propose aussi des leçons individuelles de yoga, très utile pour compléter les programmes anti-stress, burn out et rééducation posturale.

A disposition: 4 grandes piscines thermales intérieures/extérieures aux différentes températures, équipées d'un parcours subaquatique, de jets sous-marins, de lits hydromassants et de cols de cygne, pour une immersion complète dans le bien-être. Piscine d'eau douce pour pratiquer la natation. Salle de fitness, sauna et grotte thermale. Grands îlots de détente dispersés dans le parc pour se détendre et pratiquer, en été, le yoga et les massages en plein air.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

1 produit de la ligne esthétique Borile offerts aux curistes dès 7 nuits (valeur env. 80€)

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Semaines «Spéciale Yoga»
- Activités en groupe pour la relaxation (Yoga, Méditation) inclus dans certaines cures
- 5 piscines d'eau thermales en libre accès

L'accès: *Voiture: 547 km (482 km sur autoroute) de Genève – Train: direct sur Padoue de Genève (7h30), Lausanne, Vevey, Montreux, Sion ou Brig puis 15 min de transfert – Avion: vol direct (1h30) sur Venise, puis 60 min de transfert.* ***Notre conseil:*** *Abano est à 45 min de Venise, à 15 min de Padoue et à 60 min de Vérone. Profitez de votre cure pour voir ou revoir ces lieux symboliques de l'Italie.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Deluxe, pension complète et 12 soins (du 07.01 au 23.03, du 23.06 au 10.08, du 25.08 au 31.08 et du 03.11 au 21.12.24).*

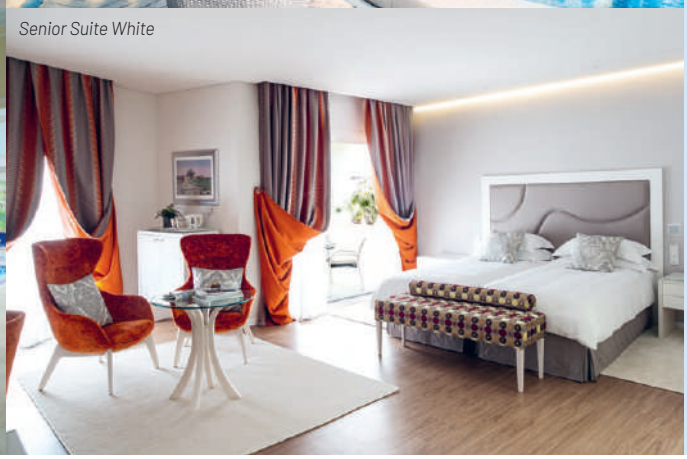












Senior Suite White

GRAND HÔTEL TRIESTE & VICTORIA ★★★★★

Au cœur des hauts lieux touristiques vénitiens, Abano est renommée pour la qualité de ses eaux thermales et de son argile. Le Grand Hôtel Trieste & Victoria et son nouveau Spa Thermal propose une variété d'applications d'argile bio-thermale et une extraordinaire palette de traitements naturels pour la santé, la beauté, le bien-être et pour combattre le stress.

L'hébergement Situé au cœur de la zone piétonne, immergé dans la sérénité et la verdure d'un grand parc arboré de 25'000 m², cet hôtel historique de la ville comprend 220 chambres et suites. Chambres équipées de téléphone, radio, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs Dans le splendide parc de l'hôtel, 4 piscines thermales intérieures/extérieures, accessibles toute l'année. En été, l'une des piscines est refroidie pour pratiquer la natation et l'aquabiking. Salle de fitness, cours d'aquagym, coach sportif, vélos à disposition. Nouvel Espace Spa avec hammam thermal, fontaine de glace et douche polysensorielle, parcours Kneipp et sauna.

WHITE SPA

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, cet élégant centre propose un thermalisme moderne avec de nouveaux espaces et de nouveaux protocoles répondant parfaitement aux maux d'aujourd'hui. Une équipe médicale experte en matière de bien-être vous aidera à choisir votre parcours sur mesure avec des traitements personnalisés. Lumière, parfum et musique diffusée dans la cabine choisis en fonction des goûts du clients. En nouveauté à découvrir sans attendre: rituel "5 sens" en 6 étapes pour chouchouter tous vos sens.

A disposition: 4 piscines thermales intérieures/extérieures aux différentes températures, équipées d'un parcours subaquatique, jets sous-marins, lits hydromassants, cols de cygne et hydrobikes. Encadrement médical. Menus diététiques.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

1 produit de la ligne esthétique Borile offerts aux curistes dès 7 nuits (valeur env. 80€)

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Cuisine italienne légère et savoureuse
- Situation exceptionnelle au centre d'Abano sur la zone piétonne
- Cures traditionnelles de fango, mais aussi forfaits Spa & Détente
- Magnifique Espace Spa

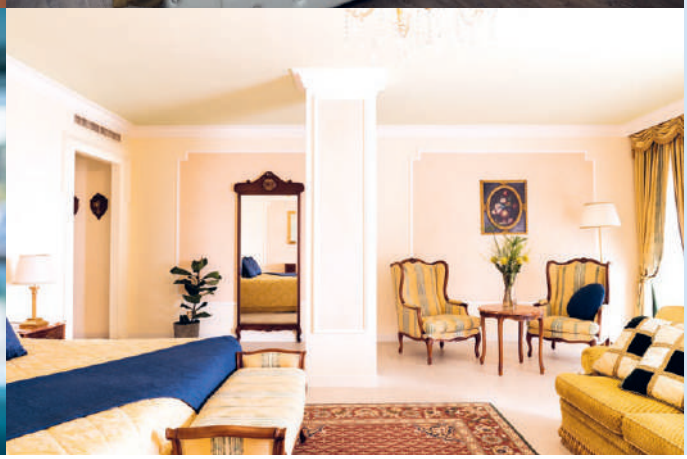
L'accès: *Voiture: 547 km (482 km sur autoroute) de Genève – Train: direct sur Padoue de Genève (7h30), Lausanne, Vevey, Montreux, Sion ou Brig puis 15 min de transfert – Avion: vol direct (1h30) sur Venise, puis 60 min de transfert.* ***Notre conseil:*** *Offrez-vous un moment de pure détente avec le Rituel «5 sens».*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Deluxe Belle Epoque, pension complète et 12 soins (du 07.01 au 23.03, du 23.06 au 10.08, du 25.08 au 31.08 et du 03.11 au 21.12.24).*







ABANO GRAND HÔTEL *****

Cet établissement haut de gamme se dresse dans un splendide parc arboré de palmiers et d'oliviers, au cœur d'Abano, petite ville renommée pour la qualité de ses eaux thermales et de son argile, deux alliées pour une douce remise en forme anti-âge. La très belle zone piétonne d'Abano, animée toute l'année, se situe à 2 pas.

L'hébergement 189 chambres et suites, spacieuses et confortables, décorées dans un style Louis XV, toutes avec balcon et coin salon. Equipement des chambres: téléphone direct, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux. Grande salle de bains en marbre avec douche et baignoire séparée. Restaurant proposant des menus à la carte avec possibilité de régime «anti-âge».

Les sports et loisirs Dans le magnifique parc de l'hôtel, 3 piscines thermales intérieures/extérieures, accessibles toute l'année. Très belle salle de fitness s'ouvrant sur le parc et les piscines, vélos à disposition pour découvrir les merveilleux paysages environnants. Musique live en soirée. Parcours de golf à 3 km.

ROMANAE THERMAL SPA

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, cet élégant centre de thermal-spa allie les bienfaits des eaux thermales et de l'argile thermale à la médecine Anti-âge. Une structure, un équipement et des produits d'avant-garde dans les mains d'une équipe hautement spécialisée pour une cure adaptée à vos besoins.

A disposition: 3 grandes piscines thermales intérieures/extérieures de différentes températures, équipées d'un parcours subaquatique, de nombreux jets sous-marins, de lits hydromassants, de cols de cygne et d'hydrobikes, pour une immersion complète dans le bien-être. Parcours Kneipp, salle de fitness et tout nouvel espace Venezia Spa avec sauna, hammam, espace froid, fontaine de glace, grotte thermale et douche sensorielle. Coach sportif pour séances individuelles de fitness ou d'aquagym. Encadrement médical et diététique.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

1 produit de la ligne esthétique Borile offerts aux curistes dès 7 nuits (valeur env. 80€)

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification DDDDD
- Très bonne table
- Possibilité d'optez pour une restauration Détox
- Très bel espace détente & 3 grandes piscines d'eau thermale en accès libre

L'accès: *Voiture: 547 km (482 km sur autoroute) de Genève – Train: direct sur Padoue de Genève (7h30), Lausanne, Vevey, Montreux, Sion ou Brig puis 15 min de transfert – Avion: vol direct (1h30) sur Venise, puis 60 min de transfert.* ***Notre conseil:*** *Abano est à 45 min de Venise, à 15 min de Padoue et à 60 min de Vérone. Profitez de votre cure pour voir ou revoir ces lieux symboliques de l'Italie.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Deluxe Panorama, pension complète et 12 soins (du 07.01 au 23.03, du 01.08 au 10.08, du 25.08 au 31.08 et du 03.11 au 21.12.24).*













CAPOVATICANO RESORT THALASSO & SPA ★★★★

Sur la côte ouest de la Calabre, près du promontoire rocheux de Capo Vaticano, nommé parmi les 10 plus belles plages d'Europe, cet établissement au design moderne et minimaliste, est situé en bord de mer, face aux Ile Eoliennes et au volcan Stromboli. Tropea, station balnéaire renommée d'intérêt artistique et culturel, se trouve à seulement 10 km.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Offre SOLO pour les curistes en basse saison

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒸ
- Etablissement au design moderne et minimaliste
- Situation exceptionnelle en bordure de mer, face aux Iles Eoliennes et au volcan Stromboli
- Délicieuse restauration aux saveurs méditerranéennes

L'hébergement Cet établissement moderne offre 123 chambres spacieuses (de 25 à 40 m²) au design raffiné, toutes avec terrasse ou balcon. Equipement des chambres: téléphone direct, TV, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, salle de bains avec douche italienne.

Les sports et loisirs Plage de sable privée et piscine extérieure d'eau de mer, tennis, terrain multisports, cours de Yoga gratuits, centre e-bike et centre de sports nautiques. Mini-club (de 4 à 11 ans). A proximité: trekking, VTT, plongée sous-marine. Excursion pour les îles éoliennes; visite de Tropea (centre historique, monastère, église Santa Maria, cathédrale normande...).

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE

Capacité: 120 curistes par jour – Fermé le lundi matin

Dans un style pur et minimaliste, ce très bel institut de thalassothérapie directement relié à l'hôtel, puise son inspiration dans la richesse naturelle qu'offre la région avec ses agrumes et sa flore méditerranéenne aux parfums envoûtants.

A disposition: 3 parcours d'eau de mer chauffée, parcours phlébologique, hammam, sauna, salle de repos, salle de sport équipée d'appareils modernes et professionnels (possibilité de suivi par un coach personnel). Espace beauté à l'ambiance feutrée proposant un vaste choix de soins à la carte: gommage aux agrumes de Tropea, soins beauté visage et corps, massages/modelages, shiatsu. Certificat médical demandé.

__L'accès:__ Avion: vol direct easyJet de Genève sur Lamezia Terme, puis transfert en taxi ou en voiture de location (env. 65 km). __A savoir:__ Etablissement engagé dans le développement durable.

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Classique Côté Jardin, petit déjeuner et 12 soins (du 29.03 au 19.05 et du 23.09 au 03.11.24).*

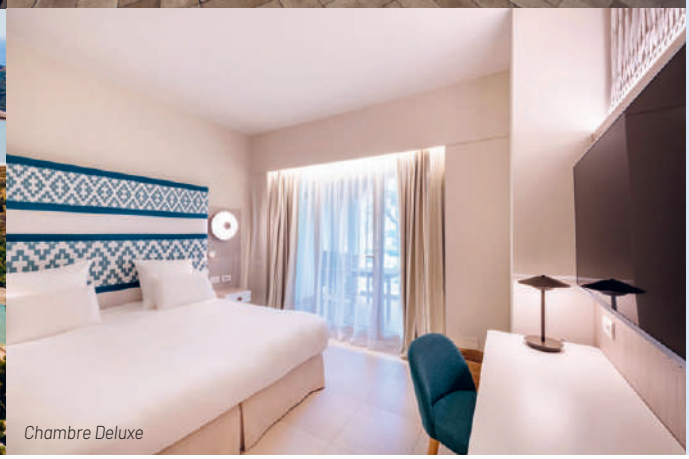












Chambre Deluxe

PULLMAN ALMAR TIMI AMA RESORT & SPA ★★★★★

Logé dans une baie protégée à la pointe sud-est de la Sardaigne, entre un lac salé naturel et une mer aux eaux cristallines, cet établissement de standing jouit d'une situation privilégiée, à deux pas du très beau village de Villasimius. Un lieu où il fait bon vivre, idéal pour un séjour bien-être sous le signe de la Dolce Vita italienne.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Offre SOLO pour les curistes en basse saison

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Très belle plage privée aménagée
- Cadre exceptionnel où la faune et la flore sont préservées
- Centre de thalasso intime
- Magnifique buffet avec grande variété de plats
- Bonne structure d'accueil pour les enfants

L'hébergement 254 chambres confortables avec balcon ou terrasse, réparties sur 3 étages, dont 25 suites et 15 junior suites. Equipement des chambres: téléphone direct, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs Plage privée de sable blanc et piscine extérieure, tennis, football, volleyball, beach-volley, tir à l'arc, location de vélos, excursion à cheval, en 4×4, en zodiac ou en voilier dans l'Aire Marine Protégée «Capo Carbonara», excursions archéologiques, trekking à pied ou en VTT, visite de Cagliari. Stages sportifs et activités nautiques. Amphithéâtre avec spectacles en haute saison. Mini-club (4 à 11 ans) et Teen Club (12 à 17 ans). A proximité: golf, équitation.

SPA MARIN TIMI AMA

Capacité: 100 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Une atmosphère douce et lumineuse pour un institut à taille humaine, intégré à l'hôtel. Des thérapeutes attentionnés y dispensent des soins de thalassothérapie de qualité: bains hydromassants, douches à jets, douches sous pluie de mer, drainages marins, enveloppements d'algues,....

A disposition: parcours d'eau de mer chauffée, sauna, espace fitness, cours de gymnastique, d'aquagym, stretching, yoga, Pilates. A la carte: soins esthétiques, rituel de beauté sarde, massages (holistique, pierres chaudes, indien...).

L'accès: *Voiture: Ferry depuis l'Italie arrivant à Cagliari ou Porto Torres ou depuis Marseille ou Toulon arrivant à Porto Torres – Avion: vol (easyJet) direct sur Cagliari (1h30), puis 60 min de transfert.* ***A savoir:*** *La demi-pension est servie sous forme d'un délicieux buffet – Golf 18 trous à seulement 700 mètres de l'hôtel – Hôtel mixte vacanciers et curistes; pour une cure de repos éviter juillet-août – Les futures mamans n'ont pas accès aux soins de thalasso*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Standard Côté Jardin, demi-pension et 24 soins (du 11.05 au 31.05 et du 21.09 au 12.10.24).*











Chambre Relax Vue Mer

HÔTEL MARINEDDA THALASSO & SPA *****

L'hébergement 195 chambres et suites réparties en petites maisonnettes. Toutes avec large véranda, certaines avec vue mer, aménagée dans un style méditerranéen aux couleurs douces et équipées de téléphone direct, TV, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné. Serviettes de plage et peignoirs pour les adultes. WiFi gratuit dans les chambres et certains espaces communs de l'hôtel.

Les sports et loisirs 2 piscines extérieures, dont une en eau de mer avec vue sur le Golfe de l'Asinara. Piano-bar en soirée avec spectacles occasionnels. Tennis, mini-football, mini-basket, tir à l'arc. Mini-club de 3 à 11 ans (6 jours sur 7). Très belle plage à env. 250 m depuis la piscine de l'hôtel (possibilité d'y louer parasols et chaises longues). A proximité (payant): planche à voile, cours de plongée. Diverses possibilités d'excursions et de balades en mer proposées au départ de la marine de Isola Rossa (prestataire externe).

THALASSO & SPA L'ELICRISO

Très beau centre de thalassothérapie (2500 m²) proposant tous les soins classiques (gommages, bains bouillonnants, douches sous-affusion, enveloppements, massages et pressothérapie, aquagym) complété par une large offre spa (massages ayurvédiques, polynésien, shiatsu, soins énergétiques).

A disposition des curistes durant les demi-journées de soins: piscines aquamarines extérieures d'eau de mer chauffée avec parcours thalasso et jacuzzi, sauna, hammam, salle de relaxation, salle de cardio-training, tisanerie.

A la carte: rituels de beauté (du Maghreb, polynésien) et soins esthétiques. Signature d'une décharge obligatoire.

Sur la côte nord-ouest de l'île, à 80 km de l'aéroport d'Olbia et à 1 km du village de pêcheurs de Isola Rossa, un établissement à l'ambiance conviviale, construit dans un amphithéâtre naturel surplombant la mer. Loin de l'agitation, entouré d'une végétation sauvage, dans un lieu calme et authentique, il ravira les amoureux de la nature et du bien-être.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- En couple ou en famille, un lieu de calme et d'authenticité
- Agréable mélange de soins thalasso et spa
- Magnifique plage de sable blanc sur une côte préservée



L'accès: *Avion: vol direct SWISS ou easyJet sur Olbia, puis env. 60 min de transfert.* ***A savoir:*** *Hôtel construit sur plusieurs niveaux et thalasso non reliée à l'hôtel, les différents endroits se rejoignent en marchant à l'intérieur de la propriété (navettes gratuites «voitures électriques») – 3 restaurants à disposition, dont 1 avec délicieux buffet aux saveurs méditerranéennes et régionales et 2 avec service à table (sur réservation, dont 1 payant) – Ouverture des restaurants et des services selon saison et taux de remplissage.* ***Notre conseil:*** *Louez une voiture, lors de votre réservation, pour visiter cette île merveilleuse.*

** Tarifs non connus lors de l'impression du catalogue.*
Descriptif basé sur les infos 2023; sous réserve de changement.









Suite Junior Executive Vue Mer

HÔTEL CAPO D'ORSO THALASSO & SPA *****

Sur la côte nord-est de l'île, dans la baie de Cala Capra, à 40 km de l'aéroport d'Olbia, proche de la Côte Smeralda, à 4 km du village de Palau et à proximité de Porto Cervo, l'hôtel noyé dans la verdure est situé entre un terrain de golf et la mer. Une adresse à retenir pour les couples désireux de passer une semaine en amoureux, loin de l'agitation du monde, dans un lieu qui cultive l'élégance à l'italienne.

L'hébergement Au milieu des oliviers et des genévriers, 86 chambres confortables, dont 20 junior suites et 20 junior suites Cardinal et Executive situées à quelques mètres du centre de thalasso. Toutes les chambres et suites ont une véranda ou une terrasse et sont équipées de téléphone direct, TV, minibar, coffre, sèche-cheveux, air conditionné. WiFi gratuit dans les chambres et certains espaces communs de l'hôtel. Serviettes de plage et peignoirs pour adultes.

Les sports et loisirs Piscine extérieure d'eau de mer, accès direct à 2 plages, dont une aménagée avec des chaises longues, solarium en teck en bordure de mer. Espace cardio-fitness couvert à l'extérieur. Golf 9 trous Pitch & Putt, PAR 3 (payant). A proximité (payant): école de voile et de plongée, tennis. Excursions organisées par l'hôtel. Piano-bar en soirée.

THALASSO & SPA L'INCANTU

Ce joli petit centre très intimiste, ravira une clientèle à la recherche d'une cure alliant thalassothérapie et cocooning avec un accompagnement personnalisé. Il offre une large gamme de gommages, de massages énergétiques, de massages (californien, anti-cellulite, ayurvédique) et de soins énergétiques (shiatsu et réflexologie plantaire) avec en complément des soins marins (bains bouillonnants et hydromassants, douches à jet, douches sous affusion, enveloppements).

A disposition durant la demi-journée de soins: 2 piscines thalasso multi-fonctionnelles extérieures d'eau de mer chauffée avec jets sous-marins, jacuzzi, hamman, solarium et espace de relaxation face à la mer.

A la carte: rituels de beauté (du Maghreb, polynésien) et soins esthétiques. Signature d'une décharge obligatoire.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Golf 9 trous Pitch & Putt PAR 3 à l'hôtel
- Hôtel de charme raffiné, romantique et bucolique
- Centre de soins vraiment très intimiste
- Mer turquoise et magnifiques plages de sable doré

L'accès: *Avion: vol direct SWISS ou easyJet (1h15) sur Olbia, puis 50 min de transfert.* ***A savoir:*** *Hôtel ouvert de mi-mai à début octobre – 4 restaurants, dont «Gli Olivastri» proposant une délicieuse cuisine locale avec service à table et show cooking, «Il Paguro» avec terrasse vue mer proposant une restauration avec la pêche du jour dans une ambiance élégante (restaurant à la carte avec service à table – payant), «L'Île Flottante» avec les spécialités du Chef (payant) et la pizzeria «L'Approdo» avec pizzas au feu de bois (payant). Ouverture des restaurants et des services selon saison et taux de remplissage.* ***Notre conseil:*** *Louez une voiture lors de votre réservation, pour visiter cette île merveilleuse et découvrir les nombreux sites inoubliables.*



** Tarifs non connus lors de l'impression du catalogue.*
Descriptif basé sur les infos 2023; sous réserve de changement.











PALASIET THALASSO CLINIC & HÔTEL ★★★★

A env. 1 heure au nord de Valence, à 5 min à pied de la promenade de bord de mer et de la très belle plage de sable de Benicassim, un hôtel charmant sous gestion familiale, surplombant la Méditerranée, au calme au cœur d'une jolie pinède.

L'hébergement Cet établissement agréable et charmant où il fait bon vivre, compte 74 chambres confortables, récemment rénovées, toutes avec balcon et magnifique vue sur la Méditerranée. Equipement des chambres: téléphone direct, TV par satellite, radio, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné/chauffage, ventilateur. Les chambres supérieures ont un équipement identique, mais sont plus spacieuses avec une vue frontale sur la mer.

Les sports et loisirs Très belle piscine d'eau de mer extérieure avec vue sur la mer. Vélos à disposition (piste cyclable au pied de l'hôtel). A proximité: grande plage de sable à 50 m de l'hôtel, sports nautiques, 2 parcours de golf (à 7 et 11 km). Randonnées pédestres. Centre-ville animé de Castellón à 20 min en taxi ou en bus (arrêt à 40m de l'hôtel) avec ses boutiques, ses restaurants et ses nombreuses activités culturelles.

INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE EL PALASIET

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, un très beau centre de thalassothérapie lumineux, récemment rénové, avec une équipe de professionnels spécialisé dans les programmes de perte de poids, détox, thalasso thérapeutique, anti-stress et remise en forme. En nouveauté depuis 2023, le centre propose également des séjours «Yoga».

Ouvert sur les jardins de l'hôtel, il offre un cadre apaisant et une gamme complète de soins, dont des soins de thalassothérapie classiques (bain hydromassant, douche sous affusion, enveloppements d'algues, application de boue marine), des massages d'ici et d'ailleurs, ainsi que des soins de beauté avec les produits des gammes Thalgo et Mesoestetic.

A disposition: piscine extérieure d'eau de mer non chauffée, piscine intérieure d'eau de mer chauffée avec jets sous-marins, jacuzzi et col de cygne, hammam, sauna, très belle salle de fitness. Cours de stretching, relaxation, Yoga et Pilates.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Cure spéciale Destinations Santé pour un séjour 100% cocooning

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Toutes les chambres avec vue mer
- Professionnalisme et qualité des soins
- Ambiance conviviale
- Service attentionné et personnalisé

__L'accès:__ Avion: vol de Genève sur Valence, puis env. 1h de transfert (89 km) ou vol sur Barcelone, puis env. 2h30 de transfert (250 km). __A savoir:__ Restaurant proposant une délicieuse restauration «santé» méditerranéenne et espagnole. __Notre conseil:__ Partez en balade, à pied ou à vélo, sur la Voie Verte, ancienne ligne de chemin de fer transformée en sentier surplombant la mer. C'est magnifique!

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Standard Vue Mer latérale, demi-pension et 23 soins & activités (du 15.03 au 15.11.24).*








SHANTI SOM WELLBEING RETREAT ANDALUCIA ★★★★

L'hébergement 14 chambres confortables et décorées de manière personnalisée, toutes avec un balcon ou terrasse offrant une vue magnifique sur la campagne. Equipement des chambres: téléphone, TV satellite à écran plat, plateau de courtoisie, coffre-fort, ventilateur, climatisation et très jolie salle de bains en marbre.

Les sports et loisirs Très belle piscine extérieure chauffée toute l'année à 24°C avec terrasse aménagée, magnifiques jardins zen avec des cascades et des fontaines, salle de fitness, hammam, sauna, divers espaces pour pratiquer le yoga, bibliothèque. Location de vélos. A proximité: nombreuses possibilité de randonnées, golf 18 trous à 3 km, plages de Marbella à 15 min.

SPA SHANTI SOM

Ouvert 7 jours sur 7

Très joli Spa intégré à l'hôtel, s'appuyant sur les anciennes traditions et les rituels orientaux et utilisant ces enseignements pour contrebalancer le stress de la vie moderne et les signes révélateurs qu'il laisse derrière lui. Un lieu unique en Europe pour retrouver votre énergie et votre équilibre à travers le yoga, la méditation et le soutien personnalisé des thérapeutes.

Outre les différents types de retraites proposées – Yoga, Pilates, Détox, Relaxation et Perte de poids – il offre également une large palette de soins de beauté et des massages à la carte.

Cet établissement de charme est niché au calme au cœur de la nature et entouré par le parc naturel et réserve de la biosphère Sierra de las Nieves, à 4 km de la ville de Monda et à seulement 15 minutes de Marbella. Construit dans le respect de l'environnement en intégrant des matériaux locaux et en suivant les règles du Feng-Shui, il offre le cadre idéal pour lâcher prise.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Ⓓ Ⓓ Ⓓ Ⓓ
- Très bonne cuisine fusion asiatique - repas sains et équilibrés
- Approche personnalisée
- Cadre idéal pour pratiquer le yoga et se ressourcer



L'accès: *Avion: vol direct (easyJet) de Genève sur Malaga, puis env. 40 min de transfert.* ***A savoir:*** *Etablissement fortement engagé dans le développement durable.*

** Tarifs non connus lors de l'impression du catalogue.*






PRINCESA YAIZA SUITE HÔTEL RESORT *****

Situé à 10 min à pied par le bord de mer du centre animé de Playa Blanca et à 35 km de l'aéroport d'Arrecife, cet établissement haut de gamme, construit dans le style canarien avec des matériaux nobles, est seulement séparé de la plage de sable par le quai-promenade.

L'hébergement 44 chambres et 341 suites, spacieuses et confortables, avec une grande terrasse (12 m²) et toutes équipées de téléphone, TV par satellite, radio, petite kitchniette avec bouilloire, micro-onde, machine à café, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné. WiFi gratuit dans tout l'hôtel.

Les sports et loisirs 2 piscines extérieures, dont 1 d'eau de mer, 2 jacuzzis extérieurs, 1 bassin pour les enfants, plage de sable fin aménagée (transats payants). 2 courts de tennis, ping-pong, terrain de sports polyvalent, pétanque, billard. Club Enfants Kikoland sur 10'000 m² (3-6 ans, 7-11 ans et 12-16 ans). Baby-Kikoland pour bébés de 4-35 mois (payant). A proximité: sports nautiques et centre de plongée. Nombreuses possibilités d'excursions telles que Le Parc National de Timanfaya.

THALASSO PRINCESA YAIZA

Capacité: 50 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Une équipe de professionnels vous accueille dans ce joli institut de 2000 m² intégré à l'hôtel. Thalassothérapie classique: gommage corporel, bains bouillonnants, jets, douches, enveloppements d'algues, massages, parcours biomarin.

A disposition: piscine couverte d'eau de mer (200 m²), hammam, sauna, aromathérapie, musicothérapie, tisanerie.

A la carte: massage thaï, massage ayurvédique, shiatsu, réflexologie, drainage lymphatique, stone thérapie, massage aux huiles essentielles, rituel Jamululur, bain de Cléopâtre, pressothérapie et soins de beauté. Cabine Duo.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓘ
- Climat doux toute l'année
- Hôtel où tous les âges vont trouver leur bonheur
- 8 restaurants pour un voyage gastronomique autour du monde
- Petit centre de soins convivial et professionnel

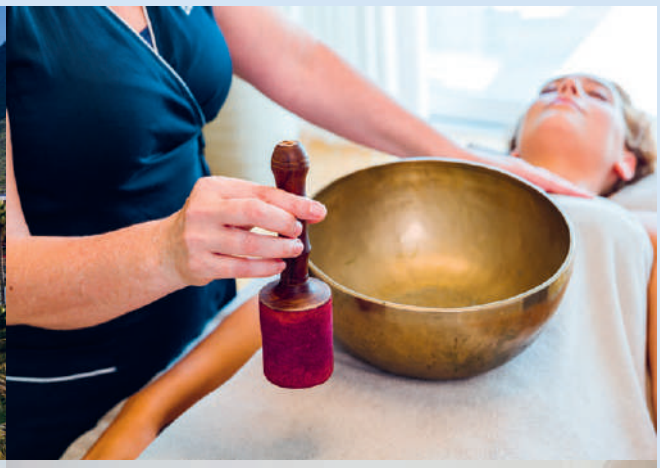
L'accès: *Avion: vol Iberia de Genève via Madrid, ou vol directs easyJet de Bâle, sur Arrecife, puis env. 30 min de transfert.* ***A savoir:*** *Lanzarote, île volcanique, est classée réserve de la Biosphère par l'Unesco et considérée par l'Organisation Mondiale du Tourisme comme un modèle de développement durable.* ***Notre conseil:*** *Louez une voiture, lors de votre réservation, pour découvrir cette île aux paysages magiques et lunaires.*

** Prix indicatif par pers. – Exemple de prix incluant 7 nuits en double Supérieure, petit déjeuner, 24 soins individuels (du 01.05 au 05.07 et du 06.09 au 03.10.24).*

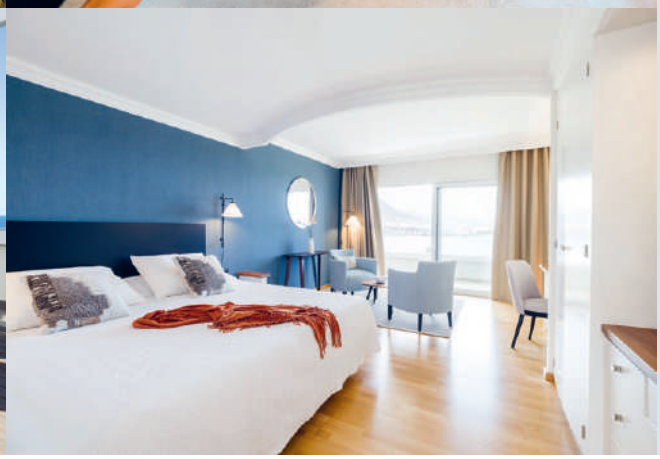












OCEANO HEALTH SPA HÔTEL ★★★★

Situé au nord-ouest de l'île de Tenerife, à proximité de la Réserve Naturelle Intégrale des Roques de Anaga, cet établissement rénové avec goût et spécialisé dans les séjours santé, se dresse au calme, face l'océan Atlantique.

L'hébergement 96 chambres spacieuses et rénovées avec goût, toute avec balcon offrant une magnifique vue sur l'océan. Les chambres sont équipées de téléphone direct, TV par satellite, WiFi gratuit, coffre-fort, plateau de courtoisie avec thé, salle de bains avec baignoire ou douche, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs Grande piscine extérieure d'eau de mer chauffée (env. 26°C). Piscine publique naturelle d'eau de mer et promenade piétonne au pied de l'hôtel. Centre "Health Motion" avec espace fitness moderne, studio de yoga, court de tennis et mur d'escapade. Programme d'activités hebdomadaires avec cours yoga, relaxation et aquagym (note: certains cours sont payants). A proximité: nombreuses possibilités de randonnées, surf, golf (18 trous – à 25 min de l'hôtel).

OCEANO HEALTH SPA

Ouvert 7 jours sur 7

L'hôtel Océano propose différents types de séjours bien-être. D'un côté, à l'institut de thalassothérapie intégré à l'hôtel, des séjours remise en forme alliant soins à base d'eau de mer, massages et soins ayurvédiques, pour lâcher-prise et se ressourcer. De l'autre, des séjours Détox selon la méthode F.X. Mayr pour introduire un mode de vie plus sain avec des soins et une diète sur mesure.

A la carte: soins de beauté, enveloppements, massages thérapeutiques, bien-être ou ayurvédiques, soins d'ostéopathie, cours de yoga, Pilates et méditation. Encadrement médical et diététique.

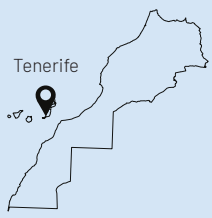
A disposition – intégré à l'hôtel: piscine intérieure d'eau de mer chauffée (env. 34°C), sauna finlandais à 90°C, sauna bio à 50-60°C, cabine de chaleur infrarouge (35-40°C), bain de vapeur et salle de repos. Le centre F.X. Mayr et le centre «de mobilité saine» (salle de fitness, studio de yoga et tennis) sont situés juste à côté de l'hôtel.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

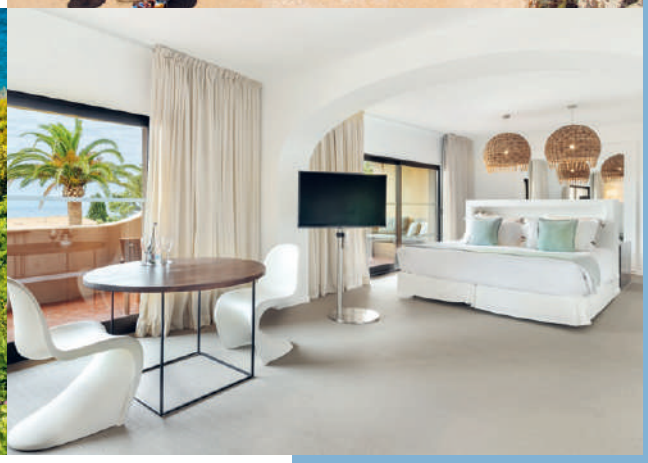
- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Etablissement spécialisé dans les séjours santé
- Cuisine saine et équilibrée avec possibilité de menus végétariens ou sans gluten sur demande
- Toutes les chambres avec vue sur l'océan
- Lieu calme, éloigné du tourisme de masse

L'accès: *Avion: vol direct easyJet de Genève sur Ténérife Sud, puis env. 1h10 de transfert.* ***A savoir:*** *Les saunas sont des zones nudistes. Le personnel parle espagnol et anglais.* ***Notre conseil:*** *Louez une voiture et profitez-en pour découvrir le nord de l'île de Ténérife et une nature encore préservée au Parc Naturel d'Anaga.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 7 nuits en double Supérieure Vue Mer avec balcon, demi-pension, programme «Thalasso Relax» de 14 soins & activités (du 26.07 au 13.09.24).*





BLUE & GREEN VILALARA THALASSA RESORT *****

L'hébergement 104 suites junior, 2 suites prestige, 5 suites et 11 appartements dispersés dans le jardin pour créer une impression d'intimité totale. Toutes ont terrasse ou balcon et sont équipées de téléphone direct, radio, TV vidéo à la demande, WiFi gratuit (excepté appartement), minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs 5 piscines extérieures (dont 1 chauffée en saison), accès direct à la plage de sable aménagée, 4 courts de tennis. Cours de gym, initiation au tai chi et au yoga. Club enfants (de 3 à 12 ans) avec animation en saison (payant) et service de baby-sitting. Possibilité de réserver des activités de loisir comme l'hippisme, la plongée sous-marine et les excursions. A proximité: golf (à 10 km – tarifs préférentiels sur les green-fees).

VILALARA THALASSO

Capacité: 120 curistes par jour – Fermé le dimanche

Un personnel attentionné et compétent vous accueille dans ce magnifique centre de thalassothérapie spacieux et baigné de lumière. Intégré à l'hôtel, ce très beau complexe de 2'600 m² avec 42 cabines et 3 piscines d'eau de mer, compte parmi les meilleurs centres de thalassothérapie en Europe et propose, outre des soins de thalassothérapie classiques, une approche spa très diversifiée.

A disposition: piscine d'eau de mer chauffée intérieure, sauna, hammam, tisanerie et salle de fitness. Cours de yoga, stretching ou encore gymnastique. Le centre comprend également un institut de beauté, un coiffeur et un cabinet d'ostéopathie. Encadrement médical. Menus diététiques.

Au sud du Portugal, au cœur de l'Algarve, à 30 min à pied par le sentier côtier de la petite station balnéaire de Armação de Pera, ce resort est une véritable oasis de verdure et de calme créée sur une falaise surplombant la mer. Le tout est merveilleusement intégré dans un jardin tropical avec ruisseaux, cascades, cygnes, canards, senteurs exotiques et sérénité.

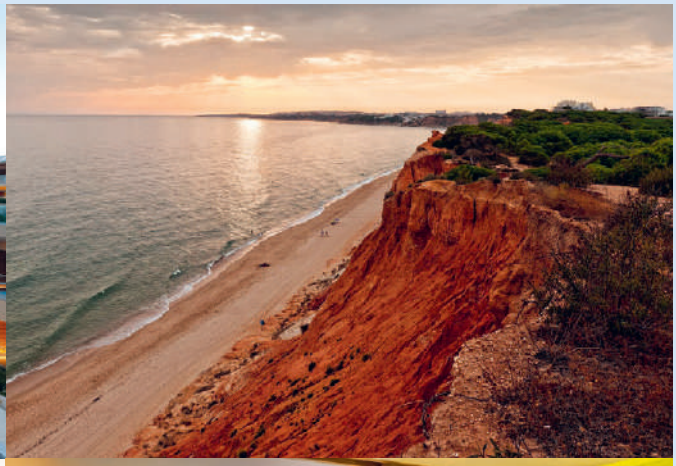
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓓ
- Spectaculaire plage de sable fin abritée par une falaise rocheuse couleur ocre qui resplendit au soleil
- Véritable jardin d'Eden pour une semaine en amoureux dans le calme et la beauté
- Restauration tendance portugaise, avec menus basses calories
- 12 parcours de golf dans un rayon de 10 à 25 km



L'accès: *Avion: vol TAP via Lisbonne, ou easyJet direct d'avril à octobre, sur Faro, puis 50 min de transfert.* ***A savoir:*** *Hôtel construit sur plusieurs niveaux et thalasso non reliée à l'hôtel, il faut beaucoup marcher à l'intérieur de la propriété (sur demande, voitures électriques).* ***Notre conseil:*** *Resort au calme, éloigné de toute offre touristique, shopping ou animation. Louez une voiture, lors de votre réservation, pour découvrir la région.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 7 nuits en double Suite Junior Vue jardin, petit déjeuner et 24 soins (du 03.11 au 16.11.24).*



EPIC SANA ALGARVE *****

Au cœur de l'Algarve, surplombant l'océan et la magnifique plage de sable de la Falésia, à 20 min du centre-ville d'Albufeira, ce très beau resort se dresse au calme dans un magnifique parc arboré. Un établissement de prestige, à l'ambiance décontractée, pour un séjour bien-être sous le soleil.

L'hébergement 229 chambres ou suites, au design chic et moderne, toutes avec balcon ou terrasse donnant sur les jardins, les piscines ou l'océan et équipées de climatisation, téléphone direct, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux.

Les sports et loisirs 3 grandes piscines extérieures, 2 piscines extérieures pour les enfants, piscine intérieure chauffée, accès par un escalier à la plage de sable aménagée abritée par une impressionnante falaise rocheuse couleur ocre. Court de tennis. Très joli Kids Club (de 4 à 12 ans; en saison) gratuits. A proximité: nombreuses possibilités de promenades à pied ou à vélo, équitation, golf.

SAYANNA WELLNESS SPA

Capacité: 9 cabines de soins – Ouvert 7 jours sur 7

Ce magnifique Spa de 1500 m² baigné par la lumière naturelle, offre une ambiance zen et apaisante. Que vous optiez une escapade Spa ou pour une retraite sportive (Silhouette «Reshape»), Détox ou de Yoga, vous serez pris en charge par une équipe de professionnels qui prendront soin de vous et seront à votre écoute.

A disposition au Spa: piscine de relaxation intérieure chauffée, sauna, très belle salle de fitness et salle de repos. Programme de cours collectifs gratuits, tels que Pilates, Yoga, Aquagym, Step, Abdo-fessiers, Spinning ou encore Stretching. Cours privés possible contre supplément. Possibilité de soins en cabine Duo.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification DDDDD
- Site exceptionnel surplombant l'océan
- Possibilité de retraite Yoga ou Minceur
- Très bonne table
- En saison, possibilité de faire vos massages dans des pavillons extérieurs
- Accès direct à la plage

L'accès: *Avion: vol TAP via Lisbonne, ou easyJet direct d'avril à octobre, sur Faro, puis 40 min de transfert.* ***A savoir:*** *Accès à la plage par un escalier, non adapté à des personnes à mobilité réduite – Hôtel mixte vacanciers et curistes; pour une cure de repos, évitez les mois de juillet/août.* ***Notre conseil:*** *Louez une voiture, lors de votre réservation, pour découvrir la région!*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 5 nuits en double Deluxe Vue Resort, demi-pension, 6 cours de yoga et 2 soins (du 01.11.23 au 22.03.24).*





EXCLUSIVITE SUISSE ! Vivez l'expérience unique d'une croisière sur le Nil avec notre nouvelle dahabeya !

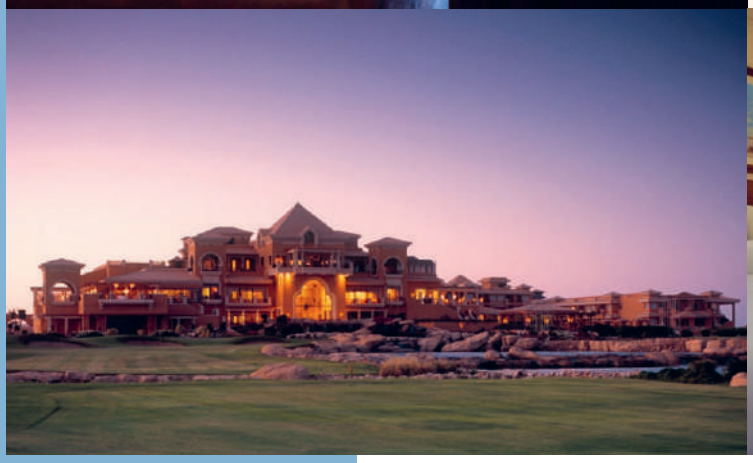
Construit en 2023, ce bateau est un parfait mélange de raffinement et de tradition. Spacieuse et aménagée avec goût, sa magnifique terrasse vous invite à savourer des moments de détente absolue. Ses huit cabines et deux suites élégantes, mêlent harmonieusement authenticité égyptienne et modernité.

Profitez de combiner votre séjour thalasso à l'hôtel The Cascades Golf Resort avec une croisière sur le Nil à bord de notre Dahabeya «Duwana Nile».



DESTINATIONS.CH






THE CASCADES GOLF RESORT, SPA & THALASSO ★★★★★

A 45 km au sud d'Hurghada, loin du tourisme de masse, ce resort haut de gamme se situe entre montagnes, désert arabique et Mer Rouge. Il se dresse sur le plus haut point de la péninsule de Soma Bay, au milieu de 2 magnifiques terrains de golf, offrant une vue panoramique sur la Mer Rouge. Très belle plage de sable fin, 365 jours de soleil par an, température de la mer: 20 à 30°C... Un cadre idéal pour un séjour bien-être sous le soleil.

L'hébergement Construit dans un style colonial britannique, cet hôtel, l'une des meilleures adresses de la Mer Rouge, offre 128 chambres et 31 suites lumineuses et vastes, presque toutes avec vue mer ou golf. Equipement des chambres: téléphone direct, TV par satellite, WiFi gratuit, minibar, machine à café expresso, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné et grande salle de bain avec douche et baignoire.

Les sports et loisirs Piscine extérieure chauffée. Sports nautiques, plongée sous-marine, snorkeling (avec masque et tuba). Magnifiques terrains de golf (18 et 9 trous), tennis, squash, jogging. Plage de sable aménagée à env. 800 m (navette gratuite). Excursions à Hurghada, Louxor et Karnak.

THE CASCADES SPA & THALASSO

Capacité: 150 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Ce très beau centre de 7500 m², géré en collaboration avec la marque française «Phytomer», propose une thalassothérapie classique ainsi qu'une approche spa. En hydrothérapie: gommages corporels, bains bouillonnants, jets, douches et enveloppements d'algues, mais également de nombreux massages et de séances de physiothérapie .

A disposition: parcours marin aquatonic de 750 m², piscine extérieure chauffée, sauna, hammam, salle de gym. A la carte: drainage lymphatique, massages thaï, balinais, ayurvédique, suédois, aux pierres chaudes et aux huiles essentielles, endermologie, pressothérapie et soins esthétiques spécifiques et anti-âge. Powerplate. Encadrement médical.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

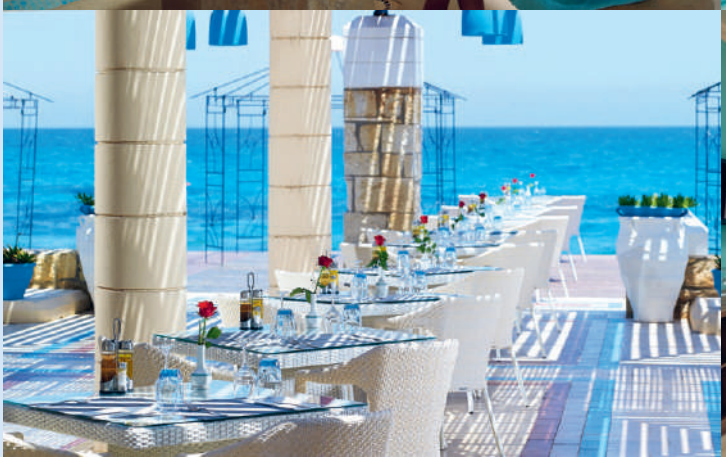
- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓞ
- Destination idéale pour associer golf et remise en forme
- Thalasso particulièrement spacieuse, lumineuse et professionnelle
- Très bonne table

L'accès: *Avion: vol direct ou via Le Caire, de Genève à Hurghada, puis 45 min de transfert.* ***A savoir:*** *Resort situé dans une zone calme, pas de shopping ou de sites touristiques à proximité – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates - Un resort inscrit dans la logique du développement durable. Golf et jardins arrosés avec de l'eau de mer désalinisée et recyclée.* ***Notre conseil:*** *Complétez votre séjour avec une immersion dans l'univers des pharaons: traversée du désert pour une excursion à Louxor, une journée bien remplie mais inoubliable.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant visa, transferts, 7 nuits en double Standard, demi-pension et 25 soins (du 28.05 au 16.07.24).*








MITSIS ROYAL MARE ★★★★★

L'hébergement Vaste complexe hôtelier, le Royal Mare propose 385 chambres et suites organisées en maisonnettes de 2 et 3 étages avec vue mer ou jardin. Une aile de l'hôtel est directement reliée au centre de thalasso par un couloir couvert. Equipement des chambres: téléphone direct, radio, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoise avec thé et café, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné.

Les sports et loisirs Grandes piscines (intérieure et extérieure). Nombreux sports nautiques (printemps, été), club de tennis (7 courts en terre battue – payant), minigolf, ping-pong. Programme d'animation soft. Diverses boutiques. Très beau Club Enfants (4 à 12 ans) avec air de jeux et pataugeoire. A proximité: balades en bateau. Découverte de la Crète en voiture de location (l'hôtel n'organise pas d'excursion).

ROYAL MARE THALASSO

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Directement relié au bâtiment principal de l'hôtel, un centre spacieux et lumineux en style crétois minœn proposant une thalassothérapie classique de qualité. 4000 m² dédiés à votre bien-être avec des cabines aux couleurs pastel et un splendide parcours aquamarin. Le personnel de soins y parle plusieurs langues, dont le français.

A disposition: sauna, hammam, cardio-fitness, tisanerie, cours de slimgym, aérobic et stretching.

Vaste gamme de soins à la carte: réflexologie, massages thaï et ayurvédiques, shirogriva, aromathérapie, douche à affusion avec massage à 2 ou 4 mains, drainage lymphatique, massage aux pierres chaudes et soins de beauté. Encadrement médical.

Magnifique village de vacances situé en bord de mer, sur la côte Nord de la Crète, à 2 km du site touristique d'Hersonissos et à 25 km de l'aéroport d'Héraklion. Idéal pour une remise en forme sous le soleil.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⓁ
- Centre offrant des soins de grande qualité
- Idéal pour une cure en famille où tous les âges peuvent trouver leur bonheur
- Séjour en Formule All Inclusive

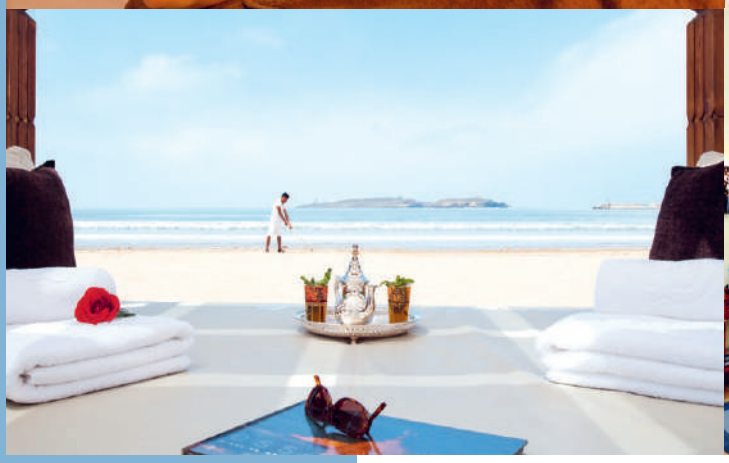


__L'accès:__ Avion: vol direct SWISS ou easyJet (3h) sur Héraklion, puis env. 30 min de transfert. __A savoir:__ Resort ouvert de fin mars à mi-novembre – Très grand village de vacances mixte, vacanciers et curistes. Pour une cure de repos, évitez les mois d'été – Les hommes sont priés de porter des pantalons longs pour le dîner. __Notre conseil:__ Louez une voiture, lors de votre réservation, pour visiter cette île merveilleuse et découvrir de nombreux sites inoubliables (l'hôtel n'organise pas d'excursions).

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant, 7 nuits en double Vue Jardin, All Inclusive et 25 soins (du 23.03 au 26.04 et du 22.10 au 15.11.24).*









Ancienne Mogador, la petite ville d'Essaouira classée patrimoine mondial de l'UNESCO, est située sur la côte atlantique à 180 km de Marrakech sur une presqu'île balayée par les alizés dont la plage attire de nombreux véliplanchistes et surfeurs. L'hôtel se dresse face à l'océan, à 300 m de la médina imprégnée d'histoire.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Destination de charme dont l'authenticité et la beauté ont attiré de nombreux artistes
- Hôtel de taille humaine, ayant su intégrer tradition et artisanat local
- Jolie piscine extérieure
- Soins de qualité, signé Thalassa Sea & Spa

LE MÉDINA ESSAOUIRA THALASSA SEA & SPA *****

L'hébergement Inspirées des riads marocains, 117 chambres dont 15 suites, aux couleurs locales et bois exotiques. Toutes les chambres sont avec balcon offrant une vue sur la piscine (plus calme), l'océan avec ses magnifiques couchers de soleil ou la médina et sont équipées de téléphone, TV satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux et air conditionné.

Les sports et loisirs Belle piscine extérieure. Une partie de la grande plage située en face de l'hôtel est privatisée et aménagée (850 m²). A proximité: promenades à cheval, terrain de golf. Visite de l'ancienne médina, de son patrimoine architectural et du port de pêche. Galeries d'art et nombreuses possibilités d'excursions.

THALASSA SEA & SPA

Capacité: 30 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intime et chaleureux, ce petit institut de thalassothérapie, intégré à l'hôtel, est composé d'une zone pour les soins d'hydrothérapie avec un parcours marin et une jolie zone de massage à l'ambiance zen. Une équipe de professionnels y dispense des soins de thalassothérapie classiques ainsi que de nombreux soins à la carte tels que réflexologie plantaire, drainage lymphatique ou visage, massages à 4 mains, relaxant, oriental aux huiles chaudes et ayurvédique, soins de beauté.

A disposition: piscine intérieure chauffée, espace de relaxation, hammam traditionnel, salle de fitness avec coach. Coiffeur.

L'accès: *Avion: vols directs SWISS ou easyJet sur Marrakech, toute l'année, puis env. 2h30 de transfert.* ***A savoir:*** *L'hôtel se situe à 5 min en voiture du Golf Mogador – Chaque jour, à 17h, profitez de la Joutia, souk aux enchères, marché aux puces; un véritable spectacle – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates.* ***Notre conseil:*** *Profitez de combiner votre séjour avec 1 ou 2 nuits dans la ville impériale de Marrakech. Nous vous renseignons volontiers.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant, 7 nuits en double Standard Vue Medina, petit déjeuner et 24 soins (du 06.01 au 16.02.24).*







HÔTEL & RYADS NAOURA BARRIÈRE ★★★★★

Le Naoura Barrière vous accueille dans le cadre magnifique d'un jardin, en plein cœur de Marrakech, aux portes de la médina, à quelques mètres de la fameuse place Djemaa el-Fna. Véritable havre de tranquillité et de luxe, il ravira les clients exigeants souhaitant combiner visite de la ville impériale et détente. L'hôtel dispose de 85 chambres et suites, spacieuses et de grand confort, toutes sont agrémentées d'une terrasse ou d'un balcon. Belle piscine chauffée toute l'année, salle de cardio-training et musculation. Club enfant gratuit.

SPA DIANE BARRIÈRE MARRAKECH

Ce très beau Spa offre un espace de 1'000 m² avec 7 cabines de soins (dont 3 en Duo), hammam traditionnel et parcours aquatique intérieur chauffé. Profitez du savoir-faire Barrière en matière de bien-être et laissez-vous dorloter dans ce cocon de sérénité. Massages, soins du corps, rituels orientaux «Les Sens de Marrakech» ou encore soins de beauté «Carita», une gamme de soins complète pour se détendre et voguer vers le bien-être. Salon de coiffure.

Dès CHF **660.–***

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Excellente table «Le Fouquet's Marrakech»
- Très beau Spa intégré à l'hôtel
- Situation idéale aux portes de la médina

L'accès: *Avion: vol direct SWISS ou easyJet de Genève, puis env. 15 min de transfert.*

**Prix indicatif par personne – exemple de prix incluant 3 nuits en base double Supérieure, petit déjeuner et 2 soins cocooning au Spa (du 07.01 au 09.02 et du 01.06 au 30.09.24)*





LES JARDINS DE LA MEDINA ★★★★★

Ancienne résidence princière au XIXe siècle, cet hôtel de charme est situé dans le cœur historique de Marrakech, à proximité de la fameuse place Djemaa el-Fna. A l'abri derrière de hauts murs et dissimulé dans un luxuriant jardin, ce riad mêle avec harmonie le raffinement de l'architecture traditionnelle et le confort moderne. Il offre 36 chambres tout confort, toutes décorées différemment dans la plus pure tradition de l'artisanat marocain. Jolie piscine extérieure chauffée en hiver, espace gym.

SPA JARDINS DE LA MEDINA

Le nouveau Spa des Jardins de la Médina se compose de 2 véritables hammams traditionnels, 4 cabines de soins, d'un barbier traditionnel, d'un salon de détente avec coin tisanerie et d'un joli espace gym situé au cœur du jardin. Une équipe de professionnels attentionnés vous propose des soins traditionnels dans le hammam, des massages, ainsi que des soins de beauté du visage et du corps. Après un massage ou entre deux soins, une infusion ou un thé accompagné de fruits frais vous sera servi sous la pergola.

Dès CHF **685.–***

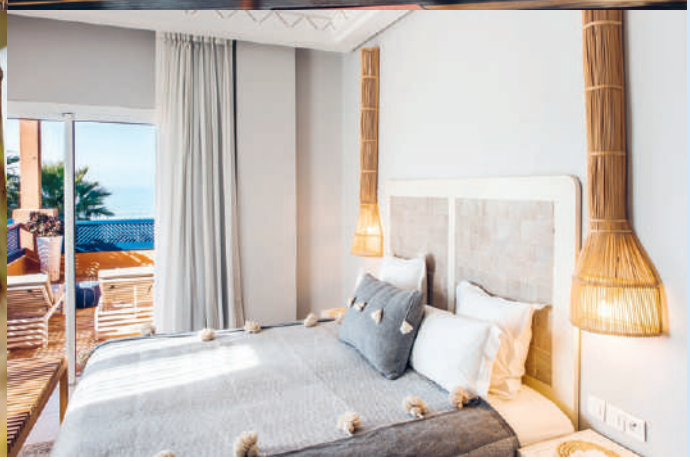
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Hôtel de charme
- Excellente cuisine marocaine et internationale
- Situation idéale au cœur de la médina

L'accès: *Avion: vols directs SWISS ou easyJet de Genève sur Marrakech, puis 15 min de transfert.*

**Prix indicatif par personne – exemple de prix incluant 4 nuits en base double Supérieure Côté Patio, petit déjeuner et 6 soins au Spa (du 15.06 au 01.09.24).*



PARADIS PLAGE SURF YOGA RESORT & SPA *****

A 25 min de Agadir et à 10 min de Taghazout, au cœur d'une véritable oasis de 3 ha faisant face à l'océan Atlantique, les pieds dans l'eau et bordé par une plage longue de 5 km, c'est l'endroit idéal pour un séjour de détente, au sein d'une région au climat doux tout au long de l'année.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Un cours de yoga offert dès 7 nuits

L'hébergement Face à la mer, 103 suites (junior, premium et prestige), bungalows et villas tout confort, aménagés de manière chaleureux dans des tons doux. Equipement des suites junior (env. 62 m²): téléphone, TV satellite à écran plat, lecteur de DVD, WiFi gratuit, minibar (payant), coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné, kitchenette, terrasse ou balcon.

Les sports et loisirs Jolie piscine extérieure (chauffée au solaire) avec terrasse aménagée. Jardin Zen (gratuit – réservé aux adultes) avec baldaquins, espace massage dos/tête et bain à remous. Espace CrossFit, salle de fitness faisant face à la mer. Surf house: cours de surf (payant), boutique Rip Curl. Coin feu de camp, cinéma extérieur. Kayak, paddle, beach soccer, terrain de pétanque, ping-pong, possibilité de balade sur l'océan au départ du Resort, aire de jeux pour les enfants et Kids Club. Baby-siting sur demande. A proximité (à env. 10 min): parcours de golf.

SPA & YOGA

Capacité: 20 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Très joli Eco-Spa de 300 m² intégré à l'hôtel, comprenant un hammam traditionnel, pour la pratique des soins ancestraux, un hammam sensoriel contemporain, avec un menu d'arômes diffusés par vapeur sous une voûte de lumières changeantes, diverses cabines de soins, un espace de soins privatisé en duo ou solo, un espace de relaxation avec tisanerie pour se détendre ou méditer, un espace pour la beauté des mains et des pieds, une boutique, un cabinet de coaching personnalisé. Des cours de yoga donnés par un professeur expérimenté ont lieu plusieurs fois par jour dans un très bel espace ouvert sur l'océan.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

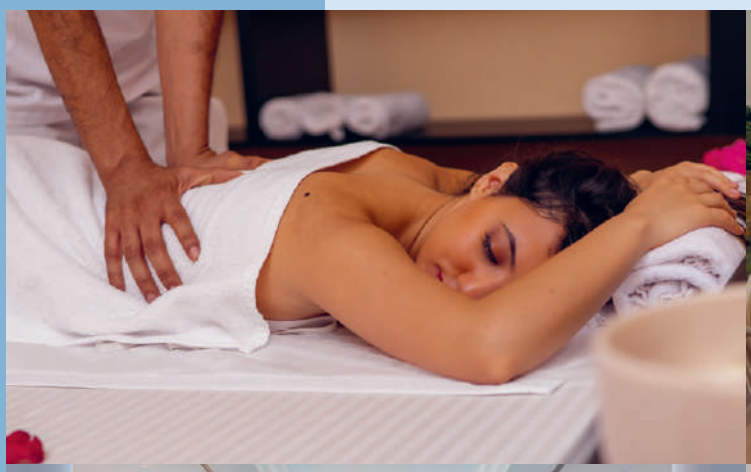
- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Cadre de rêve, face à l'océan
- Idéal pour allier yoga & détente
- Cuisine saine, fraîche et parfumée, composée en majorité de produits issus de l'agriculture biologique
- Etablissement engagé dans le développement durable et membre «Clef Verte»

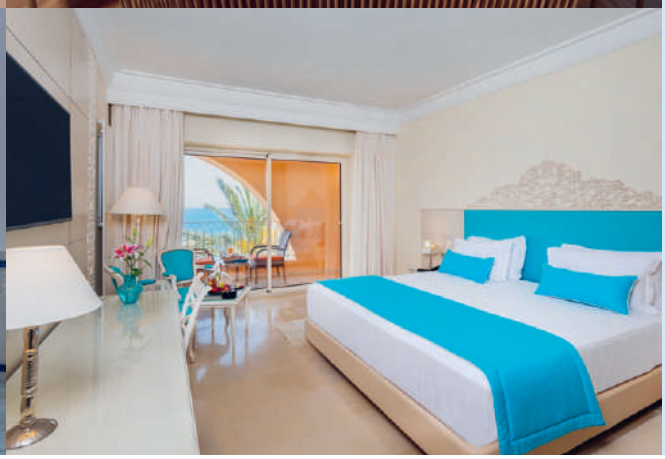
__L'accès:__ Avion: vols directs (easyJet) ou via Casablanca (Royal Air Maroc) de Genève à Agadir, puis env. 50 min de transfert. __A savoir:__ Hôtel membre de «La Clef Verte», premier réseau international de structures touristiques écologique respectueuse de l'environnement, soutenu par le programme des nations Unies pour l'Environnement et par l'Organisation Mondiale du Tourisme – Navette gratuite à destination d'Agadir (2x par jour – à réserver 24h à l'avance) – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates.

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant, 7 nuits en double Suite Junior, petit déjeuner et 5 soins individuels (du 03.01 au 09.02, du 10.03 au 28.03, du 12.05 au 28.06 et du 25.08 au 15.10.24).*







ROYAL TULIP KORBOUS BAY THALASSO & SPRINGS ★★★★★

Dans la région du Cap Bon, face au golfe de Tunis, à 3 km de la petite station balnéaire de Korbous réputée depuis l'Antiquité pour les bienfaits de ses eaux thermales, découvrez ce nouvel établissement ayant pour spécificité d'offrir un centre de soins alliant les bienfaits du thermalisme et de la thalassothérapie. Réservé aux adultes, il offre un cadre reposant loin de l'agitation touristique.

NOTRE EXCLUSIVITÉ

Transferts aéroport/hôtel et retour offerts dès 7 nuits

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓓ
- Etablissement flambant neuf alliant les bienfaits du thermalisme et de la thalassothérapie
- Lieu idéal pour se ressourcer entre eaux cristallines et reliefs montagneux
- Vue imprenable sur le golfe de Tunis
- Lieu calme, loin de l'agitation touristique

L'hébergement Cet établissement de grand confort, très lumineux et résolument ouvert sur la mer, dispose de 118 chambres, 42 suites et 3 Villas. Toutes les chambres sont spacieuses et élégamment décorées, avec balcon s'ouvrant sur la montagne ou la Méditerranée et équipées de téléphone direct, TV IP, WiFi haut débit gratuit, minibar, plateau de courtoisie avec thé/café, coffre-fort, sèche-cheveux, chauffage/climatisation (selon la saison).

Les sports et loisirs Magnifique piscine extérieure à débordement alimentée alternativement en eau de mer en été et en eau thermale chaude en hiver, jacuzzi, terrasse solarium, petite plage privée en contre-bas de l'hôtel (aménagée en saison). Salle de fitness et court de tennis. Possibilité de randonnées sur les pistes du massif de Korbous.

LES EAUX DE CARPIS

Capacité : 200 curistes/jour – Ouvert 7 jours sur 7

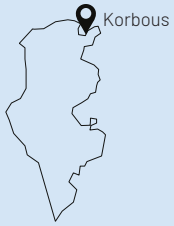
Ouvert en 2022, ce splendide centre de 3'675 m² bâti sur 4 niveaux, est le premier à allier les bienfaits de la thalassothérapie et du thermalisme grâce à la source thermale principale de Korbous dont l'eau jaillit à la surface à une température de 57.5°C et qui est directement reliée à l'établissement.

Ce centre est composé de 41 cabines, dont 5 cabines Duo, 1 piscine intérieure d'eau de mer chauffée avec parcours aquatique, 1 bassin thermal de rééducation, 1 hammam traditionnel, 1 sauna avec bassin d'eau glacée, 1 salle de repos, 1 tisanerie et 1 boutique. Une équipe de thérapeutes attentionnés y dispense une gamme complète de soins.

A vous de choisir entre des soins thermaux, soins de thalasso ou encore soins de beauté visage ou corps au Spa.

Accès: *Avion: vol direct TUNISAIR sur Tunis, puis env. 1h10 de transfert, ou vol direct easyJet sur Enfidha-Hammamet, puis env. 1h15 de transfert.* ***A savoir:*** *Etablissement réservé aux adultes – Situé dans un environnement rocheux, il n'y a pas de grande plage de sable à proximité.*

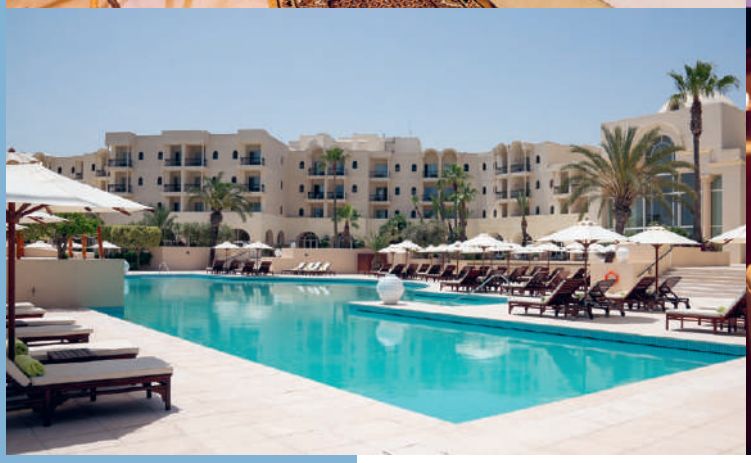
** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant, vols, transferts, 7 nuits en double Supérieure vue jardin ou montagne, demi-pension et 24 soins (du 08.01 au 28.03.24).*

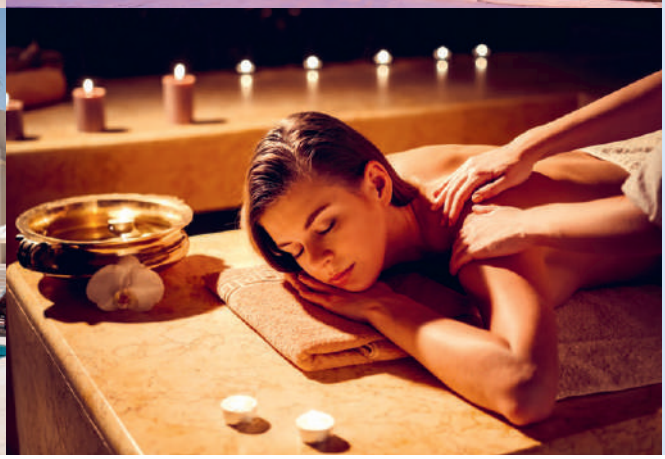












THE RESIDENCE TUNIS *****

The Residence Tunis se dresse aux portes de l'antique Carthage, à 30 min du centre de Tunis, entre les eaux scintillantes de la Méditerranée et le magnifique parcours de golf 18 trous dessiné par Robert Trent Jones II. Une référence de luxe raffiné en Méditerranée où l'Orient des «Mille et Une Nuits» déploie toute sa magie, dans un grand parc où palmiers et oliviers poussent jusque sur les dunes.

L'hébergement Véritable palais arabo-andalou décoré avec inspiration et harmonie, il se compose de 9 suites et 161 chambres luxueusement équipées et décorées de teintes douces. Toutes sont dotées de balcon, la plupart face à la mer, coin sofa traditionnel et très belle salle de bains en marbre. Equipement des chambres: téléphone direct, Smart TV avec IPTV, WiFi gratuit, minibar, plateau de courtoisie avec thé/café, coffre-fort, sèche-cheveux, pèse-personne, air conditionné.

Les sports et loisirs Grande piscine extérieure chauffée (en saison), accès direct à la plage privée aménagée en saison. Tennis, salle de fitness et magnifique golf The Residence Golf Course de 18 trous jouxtant l'hôtel. Excursions au musée du Bardo, à Carthage ou encore Sidi Bou Saïd proposées par l'hôtel.

THE THALASSO & SPA

Capacité: 80 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Ce joli centre de thalassothérapie à l'atmosphère intimiste propose 18 cabines de soins regroupées autour de 2 patios fleuris, un Spa by Clarins de 6 cabines, un hammam traditionnel avec 2 cabines pour le gommage oriental au gant de Kessa et une coupole féérique abritant une piscine intérieure d'eau de mer.

A disposition: piscine marine intérieure, sauna, fitness et tisanerie, cours de relaxation et stretching.

Outre les soins de thalassothérapie classique, nombreux soins à la carte: soins ayurvédiques et balinais, shiatsu, massage à 4 mains, réflexologie, ou encore drainage lymphatique; Spa Beauté proposant une large gamme de soins pour le visage et le corps. Coiffeur. Encadrement médical.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification DDDDD
- The Residence Golf Course, 18 trous, à 2 min de l'hôtel
- Ambiance raffinée
- 3 restaurants gourmands, dont 1 asiatique et 1 tunisien + 2 restaurants «snack-grill» ouverts en saison estivale
- Centre de thalassothérapie à l'atmosphère intimiste

L'accès: *Avion: vol direct sur Tunis (1h50), puis 20 min transfert.*

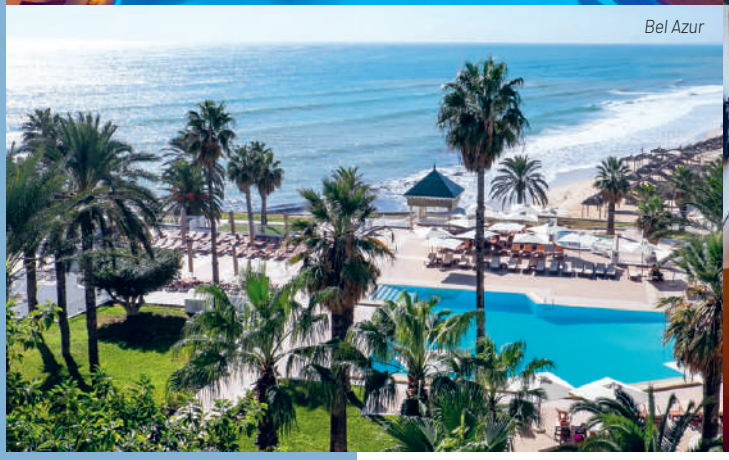
** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Supérieure Vue Jardin, petit déjeuner et 19 soins (du 08.01 au 29.03.24).*




Bio Azur Thalasso


Royal Azur


Royal Azur


Bel Azur


Bel Azur

Ces 2 établissements, se dressent côte à côte, face à la mer, en bordure d'une très belle plage de sable fin, au milieu d'un parc à la végétation méditerranéenne luxuriante. La charmante médina de Hammamet se situe à 15 min à pied.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification Royal Azur ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Notre classification Bel Azur ⒹⒹⒹⒹ
- Très belle plage de sable fin
- Deux hébergements à choix, dont 1 flambant neuf
- Domaine où il fait bon vivre avec ses jardins fleuris et son bord de mer
- Magnifique piscine aquamarine s'ouvrant sur la mer

ROYAL AZUR THALASSA ★★★★★ / BEL AZUR ★★★★

Royal Azur Thalassa***:** Etablissement de grand confort, lumineux, disposant de 116 chambres, 79 suites et 12 Bungalows, modernes et spacieux. Tous sont dotés d'un balcon, d'un coin salon et équipées de téléphone direct, TV plasma avec connexion satellite, WiFi haut débit gratuit, minibar, plateau de courtoisie avec thé/café, coffre-fort, sèche-cheveux, chauffage/climatisation.

Les sports et loisirs 3 piscines extérieures (dont 1 chauffée en hiver, 1 à la décoration balinaise et 1 à débordement s'ouvrant sur la Méditerranée) et 1 piscine intérieure chauffée. Accès direct à la plage de sable fin aménagée en saison, terrain de pétanque, cours d'aérobic, ping-pong, tir à l'arc, mini-golf, tennis. Payant: sports nautiques, cours de Yoga. Golf à 6 km (navette gratuite).

Bel Azur**:** Hôtel proposant une formule Ultra All Inclusive. 376 chambres, bungalows et suites, avec balcon, terrasse ou large baie vitrée s'ouvrant sur la mer. Tous sont équipés de téléphone, TV écran plat, WiFi gratuit, coffre-fort, minibar, sèche-cheveux et air conditionné.

Les sports et loisirs 3 piscines d'eau douce, dont une intérieure chauffée, très belle plage de sable aménagée. Animations diurnes et nocturnes, discothèque. Aire de jeux, mini-club pour les enfants de 4 à 12 ans. Sports nautiques en saison (payants), mini-golf, tennis. Golf à 6 km (navette gratuite).

BIO AZUR THALASSO

Capacité: 250 curistes par jour – ouvert 7 jours sur 7

Relié aux 2 hôtels par un passage couvert, le véritable atout de ce centre de thalasso est sans hésitation son magnifique parcours marin intérieur et extérieur surplombant la Méditerranée où il fait bon se détendre avant ou après ses soins.

A disposition: magnifique piscine aquamarine, hammam, cours de stretching et d'aérobic, salle de fitness, salle de relaxation et tisanerie. A la carte: massages du mondes, réflexologie, drainage lymphatique, soins beauté et coiffeur. Encadrement médical.

L'accès: *Avion: vol direct TUNISAIR sur Tunis, puis env. 1h de transfert, ou vol direct easyJet sur Enfidha-Hammamet, puis env. 45 min de transfert.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix au Bel Azur incluant vols, transferts, 7 nuits en double Standard Vue Jardin, All Inclusive et 24 soins (du 08.01 au 29.03.24).*







HASDRUBAL THALASSA & SPA YASMINE-HAMMAMET ★★★★★

Cet établissement de grand confort, où architecture d'avant-garde et style andalou se marient avec splendeur, se situe en bordure directe d'une superbe plage de sable fin de 3 km, au cœur de la station balnéaire de Yasmine Hammamet. Avec ses 196 junior suites de 70 m² avec balcon donnant sur la mer et le jardin et son centre de thalassothérapie intégré, il offre un cadre calme et reposant pour une cure de remise en forme de qualité.

INSTITUT HASDRUBAL THALASSA & SPA

Intégré à l'hôtel, ce très beau centre à l'atmosphère empreinte d'élégance et d'attention personnalisée, propose des cures de thalassothérapie incluant exclusivement des soins individuels. A disposition: piscine aquamarine intérieure et extérieure, hammam, sauna, fitness, salle de relaxation, tisanerie et programme d'exercices. Outre les soins de thalassothérapie classiques, il offre une palette complète de soins à la carte.

Dès CHF **2'150.-***

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Suites junior très spacieuses
- 4 restaurants à la carte à choix
- Soins de thalassothérapie de très bonne qualité

L'accès: *Avion: vol direct quotidien sur Tunis (1h50), puis env. 1h de transfert.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en Suite Junior Standard base double, demi-pension et 24 soins individuels (du 08.01 au 29.03.24)*





HASDRUBAL THALASSA & SPA PORT EL KANTAOUI ★★★★

A 5 min à pied de la marina animée de Port El Kantaoui, au milieu d'un beau jardin fleuri face à la mer, cet établissement véritable havre de paix connu pour la qualité de son service, comprend 231 chambres très confortables avec terrasse ou balcon. Piscine extérieure semi-olympique, piscine intérieure d'eau de mer chauffée à 28°C avec jacuzzi, accès direct à la plage aménagée. 3 courts de tennis, practice de golf et parcours santé à l'hôtel.

INSTITUT HASDRUBAL THALASSA & SPA

Baignant de lumière, ce très beau centre de 5500 m² résolument ouvert sur l'extérieur et directement relié à l'hôtel, offre des soins de thalassothérapie classiques de qualité. Chaque jour, une senteur différente diffusée dans le centre et des fleurs en abondance, pour une sensation de bien-être et de calme. Programmes de cure incluant exclusivement des soins individuels, dispensés par un personnel qualifié et attentionné. A disposition: piscine aquamarine intérieure et extérieure, hammam, sauna, fitness, salle de relaxation et tisanerie.

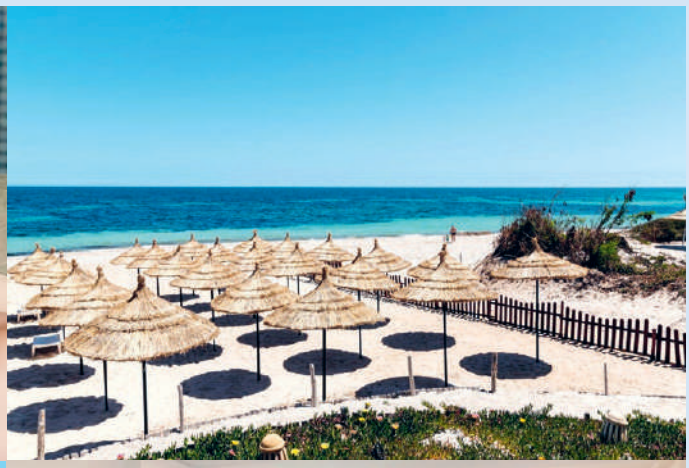
Dès CHF **1'595.-***

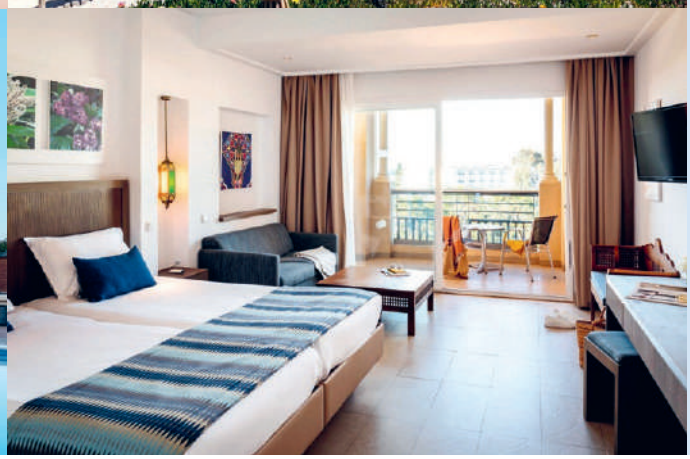
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Proximité de la marina de Port El Kantaoui
- Accueil attentionné et chaleureux
- Centre de thalasso lumineux avec des soins de très bonne qualité

L'accès: *Avion: vol direct quotidien sur Tunis (1h50), puis 1h30 de transfert.*

**Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Standard Côté Jardin, demi-pension et 24 soins individuels (du 08.01 au 29.03.24)*



ROYAL KENZ HÔTEL THALASSO & SPA ★★★★

A 8 km de la ville de Sousse et à 2 km à pied de la marina animée de Port El Kantaoui, cet établissement à l'architecture arabo-mauresque blanche est niché au cœur de magnifiques jardins, à 250 m de la mer.

L'hébergement 468 chambres et suites, confortables et joliment aménagées dans un style oriental. Toutes sont équipées de téléphone, TV LCD à réception satellite, minibar, sèche-cheveux, air conditionné. En tant que curistes, vous serez logés dans l'une des 52 chambres «Supérieure Thalasso» situées directement au-dessus du centre de thalassothérapie. WiFi gratuit dans le hall de l'hôtel et dans les chambres.

Les sports et loisirs 2 piscines extérieures d'eau douce, piscine couverte d'eau de mer (chauffée en hiver), accès par un chemin piéton à la plage privée aménagée en été, située à 250 m. Ping-pong, pétanque, fléchettes, aquagym, volley-ball, 1 court de tennis et 1 terrain de football. Payant: billard et sports nautiques en saison. Golf de 36 trous à 2 km. Shopping, flâneries et sorties en mer à Port El Kantaoui.

TÉLÈS THALASSO & SPA

Capacité: 120 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

A la fois baigné de lumière et intimiste, ce joli centre de thalassothérapie de 3500 m² au décor oriental, propose une gamme complète de soins dans un cadre invitant à la détente. Thalassothérapie classique: bains bouillonnants, jets, douches, enveloppements d'algues et massages.

A disposition: piscine tonique à l'eau de mer, hammam, sauna, fitness, salle de repos et tisanerie.

A la carte: nombreux massages tels que indien, balinais, lomi-lomi, thaï, aux pochons d'herbes aromatiques ou berbère, drainage lymphatique, réflexologie, divers enveloppements, soins esthétiques. Encadrement médical.

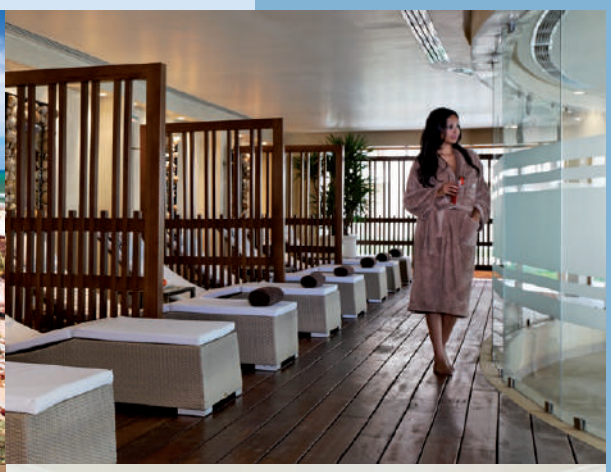
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓘ
- Centre de thalassothérapie chaleureux
- Séjour en Formule All Inclusive
- Très bon rapport prix/prestations
- Spa privatif pour se faire dorloter seul ou en couple

L'accès: *Avion: vol direct TUNISAIR sur Tunis, puis env. 1h40 de transfert, ou vol direct easyJet sur Enfidha-Hammamet, puis env. 30 min de transfert.* ***A savoir:*** *Hôtel mixte vacanciers et curistes. Pour une cure de repos, évitez les mois de juillet/août.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Supérieure Thalasso Vue Jardin, en All Inclusive et 24 soins individuels (du 08.01 au 29.03.24).*





MÖVENPICK RESORT & MARINE SPA SOUSSE ★★★★★

L'hébergement 618 chambres et suites, au décor élégant. Les chambres sont spacieuses (30-34 m²) et disposent toutes d'un balcon ou d'une terrasse. Equipement des chambres: téléphone direct, TV par satellite, WiFi gratuit illimité, minibar (payant), coffre-fort, plateau de courtoise avec thé/café, sèche-cheveux et air conditionné (réglage individuel).

Les sports et loisirs 3 piscines extérieures, dont une large piscine d'eau douce en forme de lagon, une piscine extérieure d'eau de mer et une piscine dédiée aux enfants. Salle de fitness ouverte de 8h à 21h (accès réservé aux +16 ans), ping-pong. Animations soft en soirée. Club enfants (0-12 ans avec personnel spécialisé pour les nourrissons – accès gratuit de 9h à 22h). Service de baby-sitting payant sur demande. A proximité: terrain de golf de Port El Kantaoui.

CENTRE DE THALASSO MARINE SPA BY MÖVENPICK

Capacité: 80 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, ce magnifique centre de thalassothérapie avec Spa à taille humaine, dans lequel une équipe de professionnels prodigue des soins personnalisés et de grande qualité, ravira une clientèle exigeante. Outre les soins classiques de thalassothérapie, il offre également une vaste gamme complète de soins spécifiques (protocoles de soins Thalgo et Cinq Mondes).

A disposition: piscine d'eau de mer intérieure/extérieure chauffée, parcours aquatonic, hammam (payant), sauna, espace de relaxation, tisanerie. A la carte: gommage au sable saharien, différents types de massages, dont massage aux pierres chaudes et réflexologie plantaire, divers rituels et soins esthétiques. Encadrement médical.

Cet établissement confortable, avec son très beau centre de thalasso intégré, a une situation privilégiée en bordure directe d'une très belle plage de sable et à proximité immédiate de la promenade animée de la ville de Sousse.

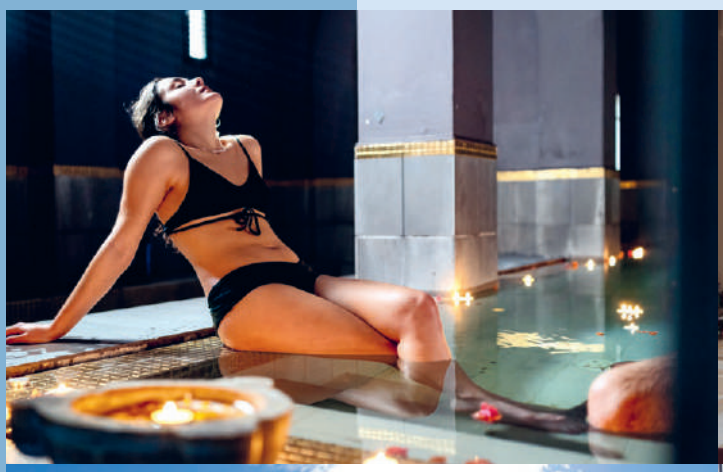
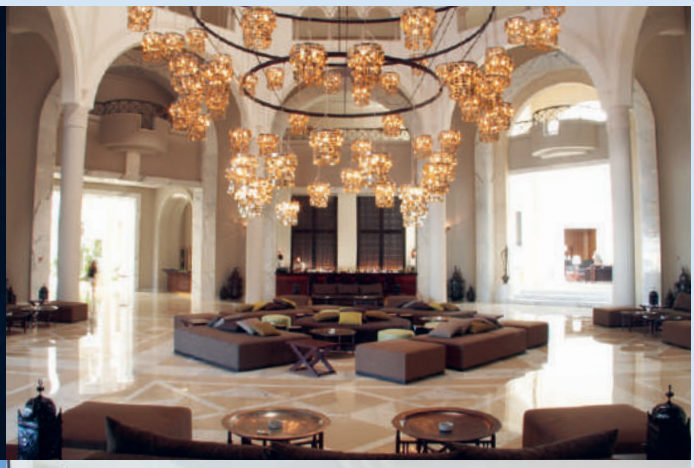
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹⒹ
- Situation privilégiée en bord de mer et à 2 pas du centre-ville de Sousse
- Joli centre de thalassothérapie avec Spa intégré
- Des soins de qualité et un personnel attentionné
- Divers points de restauration



L'accès: *Avion: vol direct easyJet sur Enfidha-Hammamet, puis env. 40 min de transfert ou vol direct Tunisair sur Tunis (1h50) puis env. 2h de transfert.* ***A savoir:*** *Possibilité de réserver en formule All Inclusive – Les chambres vue ville peuvent être bruyantes – Restaurant principal sous forme de buffet, ainsi que 3 restaurants à la carte proposant une cuisine espagnole (Le Tapeo), japonaise (Le Sendai) et internationale (La Villa – hors formule All Inclusive) – Les cures de thalasso ne sont pas autorisées aux personnes de moins de 16 ans et les femmes enceintes – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates.* ***Notre conseil:*** *Pour une cure 100% cocooning, optez pour la cure «Marine Spa VIP» incluant chaque jour 1 enveloppement au choix, 1 massage spécifique de 50 min et 2 soins de thalasso.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Classique vue ville ou jardin, demi-pension et 24 soins individuels (du 08.01 au 29.03.24).*



RADISSON BLU PALACE RESORT & THALASSO *****

A 10 min en voiture de Houmt Souk la capitale de l'île de Djerba, ce très bel hôtel se dresse au cœur d'un vaste parc s'ouvrant sur une immense plage de sable blanc.

L'hébergement Face à la Méditerranée, un majestueux bâtiment de 280 chambres spacieuses (42 m²) et confortables avec balcon ou terrasse et 16 suites avec balcon. Toutes les chambres sont équipées de téléphone direct, TV par satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné. Les suites junior panoramiques entièrement rénovées, ont un aménagement identique, mais sont plus spacieuses avec un grand coin-salon.

Les sports et loisirs Grande piscine extérieure, piscine intérieure chauffée, jacuzzi, sauna, fitness, accès direct à la plage de sable aménagée. 4 courts de tennis, sports nautiques en saison. Animation modérée à l'hôtel. Très joli mini-club (4-12 ans). A proximité, terrain de golf (à 8 km – navette gratuite), équitation, VTT. A découvrir sur l'île: poteries de Guellala, synagogue de la Ghriba,... Lundi et jeudi, marché à Houmt Souk et vendredi à Midoun. Casino à 3 min.

ATHÉNÉE THALASSO & SPA

Capacité: 180 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Très lumineux, ce centre intégré à l'hôtel propose des soins de thalassothérapie classiques de grande qualité dans un décor zen et design: bains bouillonnants, jets, douches, enveloppements d'algues et de boues de la mer Morte, massages, pressothérapie, cryothérapie, chromathérapie, parcours d'oxygénation et aquagym.

A disposition: magnifique piscine aquamarine intérieure et extérieure, hammam oriental et programme d'exercices. Gamme complète de soins à la carte: Kobido, Tuina Détox, Deep Tissue, massage ayurvédique, shiatsu, réflexologie plantaire ou encore tchong mo (massage aux pierres chaudes). Soins de beauté visage et corps avec produits Thalgo et Cinq Mondes, ainsi que des rituels tradition et nature aux produits locaux Bio. Encadrement médical.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓ○
- Décoration contemporaine avec de grands espaces lumineux
- Très belle piscine d'eau de mer
- Qualité des soins
- Possibilité de formule All Inclusive incluant 1 massage de 25 min et 2 dîners à la carte (min 7 nuits)

L'accès: *Avion: vol direct sur Djerba (2h15), puis 20 min de transfert.* ***A savoir:*** *Les chambres Supérieures, Premium et Suites Junior ont été entièrement rénovées avec un nouveau design – Pour les curistes, accès libre toute la journée à la piscine aquamarine intérieure et extérieure – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Standard Jardin, demi-pension et 24 soins (du 08.01 au 29.03.24).*











HASDRUBAL PRESTIGE THALASSA & SPA DJERBA *****

L'hébergement 198 Suites Junior de 100 m² toutes avec dressing, magnifique salle de bains avec douche et baignoire, ainsi que terrasse privée donnant sur la mer, le jardin ou le lagon des trois eaux, 19 Suites Deluxe et 2 Suites Royales. Un resort qui ressemble à un palais lacustre élégamment construit pour intégrer d'un seul regard, la mer, le ciel, les palmiers et les jeux d'eaux des bassins et ruisseaux. Equipement des junior suites: téléphone direct, TV satellite avec écran plat, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, pèse-personne, air conditionné.

Les sports et loisirs Lagon extérieur de 3200 m² composé de piscines d'eau thermale chaude, d'eau de mer et d'eau douce, piscine intérieure d'eau douce, 2 courts de tennis, salle de fitness. Golf de 27 trous à proximité (navette gratuite à horaires fixes). Lundi et jeudi, marché à Houmt Souk et vendredi à Midoun. Casino en face de l'hôtel.

LE CENTRE DES TROIS EAUX

Capacité: 100 curistes par jour (11'000 m²) – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, le plus luxueux de tous les centres de Tunisie avec, pour ceux qui le souhaitent, 13 Spas privatifs de 130 m² pour faire une cure «des Trois Eaux», en solo ou en duo. Association d'eau de mer et d'eau thermale pour des soins spa, de beauté et de santé avec des produits naturels, traditionnels et exclusifs.

A disposition durant la cure: piscine d'eau de mer chauffée intérieure, espace forme et fitness, sauna, hammam et tisanerie. A la carte: massages et thérapies du monde, soins esthétiques et coiffeur. Encadrement médical. Menus diététiques sur demande.

Au cœur de l'île et aux portes du désert, face à l'une des plus belles plages de la région, dans un site superbe proche du parcours de golf international, du casino et à 18 km de l'aéroport.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

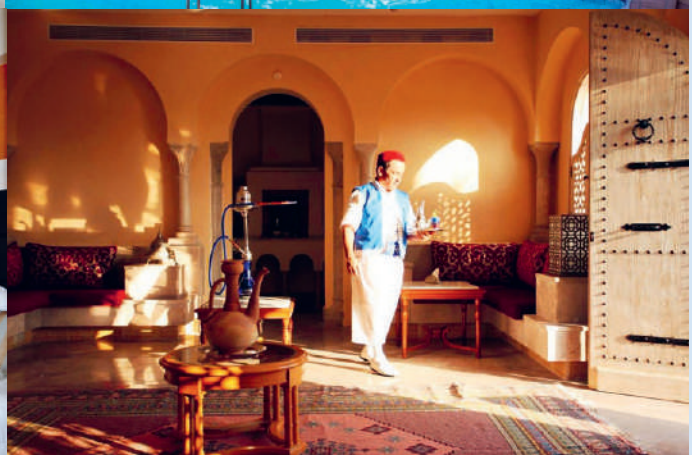
- Notre classification DDDDD
- Superficie des Suites Junior
- Possibilité de cure dans un Spa privatif de 130 m² en Solo ou en Duo
- Très bonne table



L'accès: *Avion: vol direct sur Djerba (2h15), puis 20 min de transfert.* ***Notre conseil:*** *Découvrez la cure «les Trois Eaux» en spa privatif, composée de soins thalasso et spa prestigieux.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Suite Junior vue jardin, demi-pension et 24 soins individuels (du 08.01 au 28.03.24).*



HASDRUBAL THALASSA & SPA DJERBA *****

A 500 km au sud de Tunis, dans le Golfe de Gabès, Djerba est une petite île reliée à la terre ferme par une ancienne voie romaine de 6 km. L'hôtel Hasdrubal Thalassa & Spa, l'une des meilleures adresses de l'île, est situé directement en bordure de mer, face à une superbe plage de sable blanc, au milieu d'un vaste parc fleuri.

L'hébergement 210 chambres spacieuses et confortables avec vue mer ou jardin, toutes équipées de téléphone direct, TV à réception satellite, accès internet par câble, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, pèse-personne, air conditionné.

Les sports et loisirs Piscines extérieures d'eau douce semi-olympique et d'eau thermale, piscine couverte d'eau douce. Mini-golf, 1 court de tennis. Animation douce, diurne et nocturne. A proximité: sports nautiques et sorties en mer (en saison), équitation, VTT et golf de 27 trous. Lundi et jeudi, marché à Houmt Souk et vendredi à Midoun. Casino à 5 min.

HASDRUBAL THALASSA & SPA

Capacité: 150 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Intégré à l'hôtel, très beau centre à l'architecture mauresque avec un décor fait de marbre, colonnes et fontaines. Un personnel attentionné et qualifié y dispense des cures de thalassothérapie classiques incluant exclusivement des soins individuels.

A disposition: piscine aquamarine intérieure et extérieure, hammam, sauna, fitness, salle de relaxation, tisanerie.

A la carte, enveloppements au romarin sur lit flottant, massages du monde d'inspiration orientale: shiatsu, mandara (à 4 mains avec huile de jasmin) et ayurvédique. Soins esthétiques et coiffeur. Encadrement médical. Menus diététiques sur demande.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⓓⓓⓓⓓⓒ
- Excellent service
- Confort et harmonie dans une ambiance chaleureuse
- Centre de thalasso accueillant et lumineux avec une équipe attentionnée
- Golf 27 trous et casino à proximité

L'accès: *Avion: vol direct sur Djerba (2h15), puis 20 min de transfert.* ***A savoir:*** *Un établissement à l'ambiance calme et reposante, non adapté aux familles – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Standard côté jardin, demi-pension et 24 soins individuels (du 08.01 au 28.03.24).*








ULYSSE DJERBA THALASSO & SPA *****

L'hébergement Face à la mer, un hôtel récemment rénové avec 259 chambres et suites au confort moderne. Terrasse pour les chambres rez-de-jardin, balcon pour les chambres vue mer. Équipement des chambres: téléphone direct, TV par satellite, WiFi gratuit, minibar, coffre-fort, sèche-cheveux, air conditionné avec réglage individuel.

Les sports et loisirs 2 piscines, dont une intérieure avec eau douce chauffée en hiver, accès direct à la plage aménagée. Sports nautiques en saison, beach-volley, tennis. Hôtel partenaire du Djerba Golf Club, situé à 8 km. Visite de l'île, sortie en mer, balades en calèche, randonnées pédestres, équitation. Lundi et jeudi, marché à Houmt Souk et vendredi à Midoun. Casino à 3 min.

ULYSSE THALASSO

Capacité: 200 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Atmosphère chaleureuse propice à la détente pour ce centre à l'architecture arabo-andalouse, intégré à l'hôtel. Les programmes de cure incluent des soins de thalassothérapie classiques, dont un massage quotidien de 40 min.

A disposition: magnifique piscine aquamarine intérieure et extérieure, hammam, sauna, fitness, espace de relaxation, tisanerie, solarium et programme d'exercices.

A la carte, thérapies énergétiques: massages ayurvédiques, menu osmose pour deux en cabine double, shiatsu, réflexologie plantaire, tchong mo (massage aux pierres chaudes). Soins esthétiques, coiffeur. Encadrement médical.

A 10 min en voiture de Houmt Souk, la capitale de l'île de Djerba, cet hôtel de grand confort, joliment rénové en 2019, a une situation privilégiée «les pieds dans l'eau».

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Hôtel joliment rénové et redécoré
- Situation privilégiée «les pieds dans l'eau»
- Très beau centre de thalasso s'ouvrant sur la plage
- Programme de soins incluant uniquement des soins individuels



__L'accès:__ Avion: vol direct sur Djerba (2h15), puis 20 min de transfert. __A savoir:__ Pour les curistes, accès libre toute la journée à la piscine aquamarine intérieure et extérieure – Le ramadan peut modifier le déroulement de votre séjour; renseignez-vous sur les dates. __Notre conseil:__ Jeudi, c'est jour de marché à Houmt Souk, chef-lieu de l'île de Djerba... Dépaysement garanti!

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Standard Jardin, All Inclusive et 24 soins (du 08.01 au 29.03.24).*






DJERBA PLAZA THALASSO & SPA ★★★★

A 18 km de Houmt Souk et à 25 km de l'aéroport, cet établissement confortable, se dresse au cœur d'un magnifique jardin de 14 hectares très bien entretenu, entre la mer et le terrain de golf.

L'hébergement 295 chambres et 4 suites, joliment décorées, toutes avec balcon ou terrasse donnant sur la mer ou le jardin. Equipement des chambres: téléphone, TV par satellite, coffre-fort (payant), minibar, sèche-cheveux, air-conditionné, salle de bains avec douche à l'italienne. WiFi gratuit dans les chambres, le hall de la réception, dans le restaurant principal et autour de la piscine.

Les sports et loisirs Grande piscine extérieure, piscine couverte chauffée en hiver, plage aménagée (en été) à 300 m accessible à pied à travers les jardins de l'hôtel et les dunes de sable. Cours d'aérobic et d'aquagym, pétanque, ping-pong, volley-ball, aire de jeux pour les enfants. Animation légère en soirée. Payant: 6 courts de tennis en terre battue, squash (balles et raquettes non fournies), salle de fitness. Terrain de golf en face de l'hôtel. A proximité, équitation, base nautique et location de vélos.

DJERBA PLAZA THALASSO & SPA

Capacité: 100 curistes par jour – Ouvert 7 jours sur 7

Relié à l'hôtel par une galerie couverte, ce joli institut au décor tunisien contemporain offre un cadre chaleureux et apaisant pour votre séjour de remise en forme. Le temps est suspendu dès votre arrivée. Une panoplie de soins à l'eau de mer naturellement riche en minéraux et oligo-éléments, aux innombrables bienfaits connus depuis la nuit des temps, vous permettront de nourrir votre corps, en vous faisant vivre des moments intenses de détente et de bien être...

Le centre propose une gamme complète de soins: massages du monde (Shiastu, Djerbien, Minceur, réflexologie,...), soins à base d'eau de mer (bains hydromassants, douches à jet ou sous affusion, enveloppements d'algues), soins orientaux (hammam, gommage, enveloppement), soins de beauté et coiffeur. Parcours bio marin, espace de relaxation. Encadrement médical.

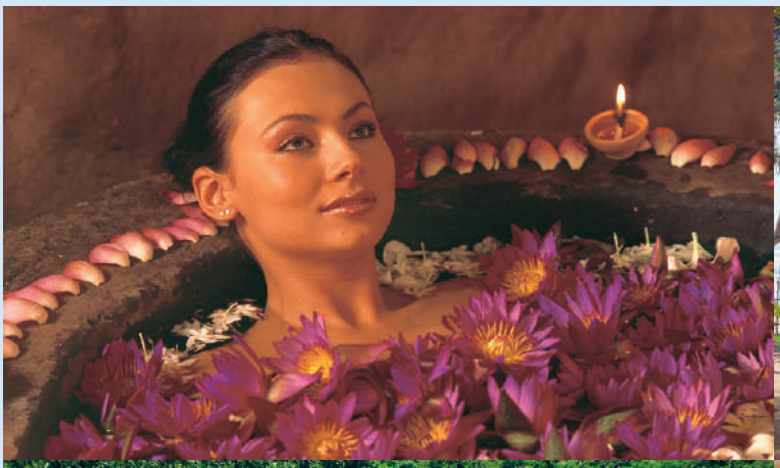
NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Terrain de golf 18 trous en face de l'hôtel
- Centre de thalasso offrant un cadre chaleureux
- Magnifique piscine extérieure
- Hébergement en Formule All Inclusive

L'accès: *Avion: vol direct sur Djerba (2h15), puis 30 min de transfert.* ***A savoir:*** *Hôtel mixte vacanciers et curistes; pour une cure de repos, évitez les mois de juillet et août.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant vols, transferts, 7 nuits en double Deluxe côté jardin, All Inclusive et 20 soins (du 05.02 au 29.03.24).*








SIDDHALEPA AYURVEDA RESORT ★★★★

L'hébergement Réparties dans plusieurs pavillons au cœur d'un jardin tropical, 50 chambres tout confort avec balcon ou terrasse. Equipement des chambres: téléphone, TV par satellite avec lecteur DVD/CD, air conditionné, ventilateur, coffre-fort, minibar, bouilloire avec thé/café, sèche-cheveux. Les chambres Deluxe, plus spacieuses et dotées d'une splendide salle de bains, sont proches de l'océan.

Les sports et loisirs Très belle piscine extérieure d'eau douce avec jacuzzi et petite cascade. Cours de yoga et de méditation. Cours de base sur l'Ayurveda. Balade le long de la plage s'étendant sur plusieurs kilomètres. Diverses possibilités d'excursions.

CENTRE D'AYURVEDA SIDDHALEPA

Situé dans les jardins de l'hôtel, ce centre ayurvédique réputé, dispose de 30 cabines de soins et respecte une tradition familiale datant de 200 ans. Un personnel très compétant, souriant et attentionné y dispense des soins de qualité et utilise les produits ayurvédiques Siddhalepa fabriqués sur place. Ces produits sont expertisés ISO 9011 et sont connus dans le monde entier.

Remarque: des connaissances en anglais sont vivement conseillées.

Ce resort ayurvédique réputé est construit à l'écart des pôles touristiques, en bordure directe de l'Océan Indien, à env. 30 km au Sud de Colombo. Construit dans un style local, cet îlot de tranquillité s'intègre parfaitement à la végétation tropicale qui l'entoure.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Véritable oasis de bien-être et de détente en bord de mer
- Ambiance conviviale et personnel attentionné
- Produits ayurvédiques Siddhalepa expertisés ISO 9001 et connus dans le monde entier.



L'accès: *Vol de Genève ou Zurich sur Colombo, puis env. 1h45 de transfert.* ***A savoir:*** *Les produits ayurvédiques Siddhalepa sont expertisés ISO 9001 et connus dans le monde entier – Etablissement mixte curistes et vacanciers où les enfants sont admis – Cuisine végétarienne et ayurvédique, mais également internationale.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 7 nuits en double Supérieure Terrasse, pension complète ayurvédique et cure ayurvédique (du 01.05 au 31.10.24).*






A 3h30 au Sud de Goa, entre forêt et océan, loin de l'agitation touristique, niché au cœur d'une vaste cocoteraie surplombant la mer d'Oman, le SwaSwara se définit comme un sanctuaire, à l'écoute de notre nature intérieure. Tout y est pensé pour se détendre et se ressourcer. La promesse d'un séjour relaxant et revigorant à la fois, situé à 15 minutes à pied du village de Gokarna, lieu de pèlerinage hindou.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Lieu idéal pour votre retraite Yoga
- Adresse encore confidentielle
- Prise en charge personnalisée et de qualité
- Excellent rapport prix/prestations

SWA SWARA ★★★★

L'hébergement 24 villas confortables offrant un havre de paix et d'intimité à ses hôtes, avec salle de bain ouverte, terrasse de yoga et petit jardin intérieur. Toutes sont équipées de climatisation, téléphone et bouilloire. Il n'y a pas de télévision dans les chambres.

Les sports et loisirs Grande piscine extérieure, dôme de méditation, bibliothèque. Divers cours tels que poterie, peinture, sculpture sur terre glaise et cuisine. Balades en compagnie d'un guide naturaliste pour découvrir la faune et la flore. Accès par un petit sentier à la jolie plage d'Om. Promenade en bateau ou excursions pour découvrir la région.

CENTRE D'AYURVEDA

C'est pour être à l'écoute de soi-même que l'on vient ici. Les soins ayurvédiques sont personnalisés, la cuisine, biologique et diététique, s'adapte à chaque convive. Grâce aux programmes de yoga, méditation et ayurvéda, votre stress ne sera plus qu'un lointain souvenir. Possibilité de découvrir ou vous perfectionner dans de nombreux types de Yoga,tels que yoga artistique, yoga du rire, yoga Swara, yoga du silence spontané ou encore Japa Yoga.

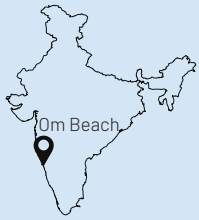
Au sein de ce sanctuaire, 6 salles de massages ayurvédiques, 1 centre de yoga, 1 dôme de méditation et plusieurs spots en pleine nature réservés au yoga ou à la méditation. Menus ayurvédiques et végétariens.

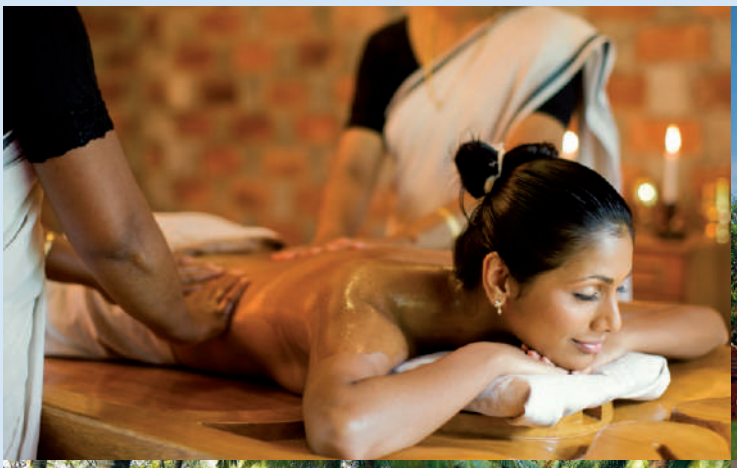
Pour les programmes ayurvédiques, un programme individuel avec des soins appropriés sera établi par le médecin responsable en fonction de la durée de la cure et du bilan médical d'entrée.

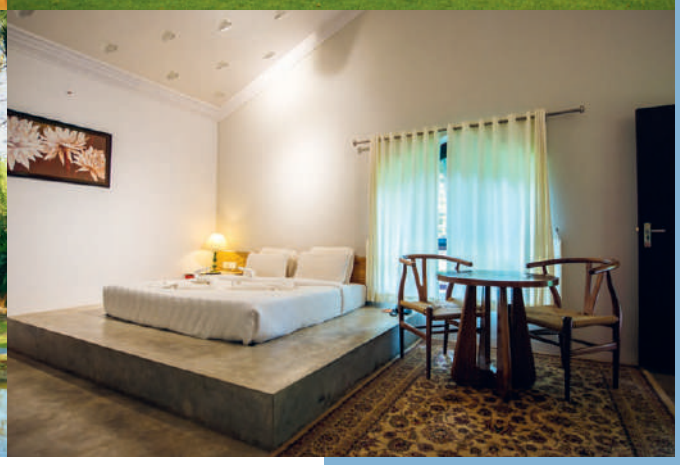
Remarque: connaissances en anglais nécessaires.

L'accès: *Vol de Genève ou Zurich sur Goa, puis env. 3h30 de transfert (170 km).* ***A savoir:*** *Aucun alcool fort n'est servi, cependant vous trouverez une sélection de vins de la région – Les fruits et légumes sont pour la plupart issus de cultures biologiques, et les poissons et fruits de mer pêchés du jour.*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 7 nuits en Villa occupation double, pension complète ayurvédique et cure «Yoga & Ayurveda» (du 01.11 .23 au 30.04.24).*





KAIRALI – THE AYURVEDIC HEALING VILLAGE ★★★★

L'hébergement Au milieu de 600 cocotiers, 200 tecks et 20 manguiers, bordées de petits ruisselets générant calme et sérénité, 30 villas exclusives de style traditionnel, construites selon le concept architectural holistique «vaastu shastra», science ancienne de construction permettant de vivre en harmonie. Equipement des chambres: téléphone, télévision, ventilateurs, air conditionné.

Les sports et loisirs Bibliothèque, espace WiFi et internet, échecs, billard, badminton, tennis, piscine, amphithéâtre pour programmes culturels et excursions (parc national de Silent Valley, Meenvallam, le fort Tipppus, Kalpathy et le temple de Shiva).

CENTRE D'AYURVEDA

Inauguré en 1995, le Kairali Ayurvedic Healing Village, possédant une licence médicale, allie traitements ayurvédiques traditionnels et soins de bien-être contemporains. Situé dans les jardins de l'hôtel, ce très beau centre à la décoration raffinée et authentique, est divisé en 2 parties: l'une réservée aux hommes et l'autres aux femmes. Construit en briques rouges, il se marie harmonieusement avec son environnement. Les cabines sont spacieuses avec de larges ouvertures sur l'extérieur et sont équipées de magnifiques tables de massage en bois exotique.

En fonction de la durée de la cure et du bilan médical d'entrée, le médecin responsable établira un programme individuel avec des soins appropriés. Cours de yoga et méditation. Menus ayurvédiques et végétariens.

Remarque: connaissances en anglais nécessaires.

A 120 km de Cochin, Palakkad est situé au pied des gigantesques Western Ghats, dans une région où la faune et la flore sont omniprésentes. Un sanctuaire préservé au cœur d'un environnement sauvage, un véritable retour à la nature avec montagnes, forêts, vallées verdoyantes, rivières et torrents. Un lieu loin de l'agitation touristique, idéal pour se ressourcer.

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Petit paradis en symbiose avec la nature
- Cure d'ayurveda alliant tradition et modernité pour traiter différents mal-êtres et pathologies
- Conférences sur l'ayurveda et cours de cuisine locale
- Nombreuses possibilités excursions



L'accès: *Vol de Genève ou Zurich sur Cochin, puis environ 2h30 de transfert.* ***A savoir:*** *Etablissement mixte curistes et vacanciers où les enfants sont admis – Cuisine ayurvédique ou végétarienne; alcool et tabac non autorisés – De nombreux prix ont été décernés à Kairali dont le Green Leaf Certification (niveau le plus élevé décerné par le Gouvernement pour les centres ayurvédiques).*

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 7 nuits en double Deluxe Villa, pension complète ayurvédique et cure «Ayurveda Special Holistic» (du 01.05 au 30.09.24).*






SOMATHEERAM AYURVEDA RESORT ★★★★

A 21 km de Trivandrum et à 9 km de Kovalam, hôtel situé sur une colline à Chowara Beach et s'étendant harmonieusement sur différentes terrasses. D'étroits sentiers vous conduisent sur une magnifique plage de sable blanc. Une atmosphère unique combinant, ayurveda, yoga, méditation, mer et nature.

L'hébergement Site de toute beauté, ayant gardé toute sa luxuriance, intégrant parfaitement 80 chambres standard, cottages et maisons Kerala de style traditionnel, dont la majorité s'ouvre sur un beau jardin avec vue imprenable sur les plages de sable blanc. Ensemble construit avec les techniques ancestrales et avec l'idée admirable de reconstituer les différents styles de vie du siècle dernier. Equipement des chambres: téléphone, ventilateurs. Certaines avec TV et air conditionné.

Les sports et loisirs Plage de sable aménagée. Programmes culturels, jeux de société, canotage, promenades à dos d'éléphant, séance de dessin au henné, plage (parasol et serviettes de plage fournis), excursions et cours de cuisine. Pas de piscine, mais possibilité d'utiliser celle du Manaltheeram située à env. 10 min à pied (possibilité de navette gratuite).

CENTRE D'AYURVEDA

1er centre ayurvédique en bord de mer, Somatheeram, avec une équipe médicale très expérimentée, prodigue des soins authentiques. Définis par un médecin, les traitements classiques ayurvédiques sont particulièrement indiqués pour lutter contre les maux de notre société (stress, tensions diverses, troubles et déséquilibres du métabolisme). Traitements sans effets secondaires utilisant exclusivement des ingrédients naturels: différentes techniques de massages complets ou partiels à l'huile médicinale, bains de vapeur, bains de plantes médicinales et fleurs, inhalations, shirodhara et panchakarma. Soins esthétiques, yoga et méditation. Remèdes et décoctions préparées quotidiennement sur place. Menus ayurvédiques, végétariens et non végétariens.

Remarque: connaissances en anglais nécessaires. Pas de français parlé au centre, mais possibilité d'avoir un traducteur lors de la visite médicale (à mentionner à la réservation).

NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification ⒹⒹⒹⒹ
- Centre ayurvédique en bord de mer vous permettant de faire de longues promenades sur la plage
- Enseignement et pratique du yoga dirigés par des maîtres
- Centre de beauté utilisant les secrets de beauté ancestraux, où les ingrédients sont exclusivement naturels

__L'accès:__ Vol de Genève ou Zurich sur Trivandrum, puis env. 30 min de transfert. __A savoir:__ Etablissement mixte curistes et vacanciers où les enfants sont admis – Cuisine végétarienne et ayurvédique mais également internationale – Centre certifié Green Leaf (niveau le plus élevé décerné par le Gouvernement pour les centres ayurvédiques) – Le tailleur de Somatheeram pourra vous confectionner sur mesure une robe indienne ou tout autre vêtement si vous le désirez.

** Prix indicatif par personne – Exemple de prix incluant transferts, 7 nuits en double Standard, pension complète ayurvédique et cure ayurvédique (du 01.05 au 30.09.24).*



ESPACE SANTÉ



S'ENTRAÎNER ET SE SOIGNER
POUR MIEUX VIVRE!

FITNESS ADERYCKE
PHYSIOTHÉRAPIE
OSTÉOPATHIE
GYMNASTIQUE DU DOS / PILATES
ACUPUNCTURE
MASSAGE
DRAINAGE LYMPHATIQUE
PODOLOGIE / PÉDICURIE / RÉFLEXOLOGIE
FASCIATHÉRAPIE
SHIATSU
DENTISTE
HYGIÈNE DENTAIRE
LOGOPEDIE
ENDERMOLOGIE LPG
RESTAURANT « LE COUP DE CŒUR »

HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE

du lundi au vendredi	7h à 21h30	ouvert les jours fériés	9h à 14h
samedi et dimanche	9h à 14h	secrétariat, lu - ven	8h à 19h

CHEMIN DES LIMITES 1A
1293 BELLEVUE-CH

T. +41 22 959 70 70
F. +41 22 774 29 45

www.esbellevue.ch







CE QU'IL FAUT SAVOIR POUR BIEN VIVRE VOTRE CURE



Bien choisir son séjour de remise en forme Renseignez-vous auprès de votre agence de voyages pour connaître les avantages respectifs des différents types et lieux de cures. Il existe une offre très large dans laquelle il est important de faire le bon choix!
Considérez vos envies, l'environnement, le climat, votre budget et les indications thérapeutiques. Certains centres ont une orientation remise en forme, d'autres peuvent assurer des traitements médicaux plus complets.
Dans les offres de thalassothérapie classique, la cure est l'élément central; l'hôtel est totalement tourné vers les besoins et les attentes du curiste. Avec le développement des offres au soleil, les établissements mixtes, vacanciers et curistes, deviennent de plus en plus nombreux. Ces hôtels sont orientés vacances, ils sont généralement plus animés et le public est plus jeune, mais ils n'encadrent pas le curiste avec la même attention et la même prévenance.

Les enfants en cure Les enfants ne sont en général pas admis dans les centres de cure avant l'âge de 15-16 ans. Dans de nombreux établissements, ils n'ont pas accès aux piscines d'eau de mer ou à l'Espace Forme. Les centres proposant des cures post-natales sont le plus souvent équipés d'une garderie qui s'occupe du bébé pendant les soins de la maman. Certains hôtels à orientation familiale proposent des Clubs Enfants.

Le voyage La facilité d'accès peut être un critère important, surtout si vous êtes fatigué. Pour faire de votre séjour forme et santé une réussite, réservez votre forfait à l'avance, d'autant plus si vous prévoyez de partir durant les vacances scolaires ou les jours fériés. Durant les périodes chargées, présentez-vous à l'enregistrement au moins deux heures avant le départ.

Indications et contre-indications La thalassothérapie est spécialement recommandée pour traiter ou prévenir «les maux de civilisation moderne» que sont le stress, le surmenage, les troubles du sommeil ou le manque d'exercices. Certains centres plus spécialisés sont indiqués pour la rééducation fonctionnelle post-opératoire et post-accident, pour le traitement des rhumatismes et arthroses, les douleurs de dos, les jambes lourdes. La cure est utile pour aider à la perte de poids, au sevrage tabagique, mais aussi à passer le cap de la ménopause et d'une manière générale pour rester en bonne forme.
La thalassothérapie est déconseillée, notamment dans les cas suivants: maladies infectieuses dans leur période aiguë, plaies ouvertes et infectées, ulcères, affections cardiaques graves, insuffisance rénale, insuffisance respiratoire, syndromes thyroïdiens, rhumatismes inflammatoires en phase aiguë, tous les cas de cancers, hypertension artérielle sévère, maladies mentales et dépressions graves. Si vous avez un problème de santé ou si vous êtes enceinte, consultez votre médecin traitant avant d'entreprendre une cure. Signalez votre état à la réception de la thalasso afin que les soins soient adaptés en conséquence.

Le début de la cure Si le centre assure un encadrement médical, la cure commencera par un rendez-vous avec le médecin. La date et l'heure vous seront communiquées sur place par l'hôtel ou le centre de soins. Vous trouverez dans votre chambre un peignoir (parfois des sandales et un sac fourre-tout) que vous enfilerez sur votre maillot de bain pour vous rendre au centre de soins, environ 15 min avant l'heure du rendez-vous médical ou du début des soins.
Laissez vos bijoux et objets de valeur dans le coffre ainsi que votre téléphone portable (pour respecter le repos des curistes, ils sont interdits dans la plupart des centres) et, pour les dames, évitez le maquillage.

Rendez-vous médical et planning La première entrevue avec le médecin est obligatoire car elle permet de préciser les indications et les éventuelles contre-indications spécifiques. Si vous avez besoin d'un traitement particulier, prenez votre dossier médical avec vous. Indiquez au médecin tout problème de santé que vous pourriez avoir et tout état particulier comme une grossesse même à son début. N'hésitez pas à le consulter immédiatement si vous avez des symptômes inhabituels.
Suite à la visite médicale, le planning établira votre plan de cure; précisez si vous souhaitez des pauses plus ou moins longues entre vos soins, en principe ceux-ci sont programmés en alternance le matin et l'après-midi. Dans les centres non médicalisés, selon les traitements proposés, vous remplirez un questionnaire médical; dans tous les cas, signalez systématiquement toute fragilité ou particularité permettant aux thérapeutes d'ajuster les soins à votre état général.

Les soins En thalassothérapie et en thermalisme, l'eau est très présente dans les cures, notamment sous forme de bains divers, de jets à forte pression ou de douches. Enveloppements d'algues, de boues marines ou de fango, gym aquatique en piscine, complètent les soins de base dits «humides». Les soins «secs» sont constitués de massages complets et partiels, séance de pressothérapie ou lit hydromassant, de gym et exercices en salle, rééducation fonctionnelle lorsque cela s'avère nécessaire et, le cas échéant, thérapies relaxantes et médecines énergétiques (en principe hors forfait ou avec une cure spécifique) comme la sophrologie, le shiatsu, l'ayurveda, l'aromathérapie ou le drainage lymphatique. Chaque centre a son offre de soins spécifiques dont la gamme peut être très vaste.

Fitness et détente Parallèlement aux soins, vous avez un certain nombre d'installations à disposition, selon les centres: piscine chauffée avec jets de massage, sauna, hammam et salle de musculation. Sont souvent proposées en libre accès: des séances d'exercices ou de relaxation en groupe telles que stretching, aérobic ou yoga. Pratiquement tous les centres proposent des soins de beauté, un coiffeur et parfois des soins du cheveu.

Repos et exercice Durant une cure, il est recommandé de se reposer, de ne pas chercher à réaliser des performances mais plutôt d'être à l'écoute de son organisme et de ses envies. Il est cependant bienfaisant de faire un exercice modéré. Outre les cours de gym en piscine ou en salle, les marches sur la plage, dans la campagne ou la montagne sont spécialement indiquées.

Diététique La diététique ou une alimentation légère et équilibrée facilite la désintoxication de l'organisme et la remise en forme, voire la perte de poids. Même si vous n'optez pas pour le régime diététique, alimentez-vous en évitant les plats gras et lourds, l'alcool et le tabac.

Tourisme Finalement, la cure doit être avant tout un temps de plaisir. Vous disposez chaque jour d'au moins une demi-journée «libre» pour faire du tourisme de proximité. La plupart des centres sont situés dans des environnements régénérateurs invitant à marcher, à se balader ou à musarder sans contrainte. Depuis quelques années, le voyage vers la forme entraîne les curistes vers des horizons nouveaux: sous les tropiques, en Afrique du Nord ou au Proche-Orient.

CURES SPÉCIFIQUES



Depuis quelques années, les forfaits à thèmes fleurissent. Afin de répondre au mieux aux attentes d'une clientèle très diversifiée, les instituts de thalassothérapie ont développé des programmes associant aux soins de base, des soins spécifiques répondant à des besoins précis et rivalisent d'imagination pour trouver des noms originaux à leurs cures. Néanmoins, sous des appellations diverses, elles entrent toutes dans quelques grandes catégories de base.

Remise en Forme Cure de base généralement incluse dans les forfaits, c'est la cure de thalassothérapie par excellence, destinée aux personnes soucieuses de conserver ou de retrouver équilibre et tonus. Elle est composée de 3 à 4 soins par jour durant 6 jours. Ce forfait comprend une sélection de soins classiques, tels que bain bouillonnant, douche à jet et à affusion, enveloppement d'algues ou de boues marines, massage sous pluie marine ou aux huiles essentielles, aquagym et accès libre à un programme d'exercices.

Ado Cure allégée avec des soins adaptés pour les jeunes de 16 à 18 ans souhaitant accompagner leurs parents en cure.

Arthrose / Rhumatismes Cure pour prévenir et lutter contre les douleurs articulaires, ceci grâce à l'eau de mer chaude, les massages et les applications d'algues et de boues. La rééducation en piscine aide à conserver une bonne mobilité articulaire.

Anti-Stress Il s'agit d'une variante du forfait de base avec, en plus, des thérapies relaxantes telles que sophrologie, relaxation musicale en piscine et diverses approches de gestion du stress. Il convient de souligner que les soins marins induisent une bonne fatigue aidant le curiste à dormir et facilitent un repos naturel.

Spécial Dos Les douleurs de dos étant fréquentes dans notre civilisation de sédentaires, ces forfaits sont très appréciés. Certains centres proposent une véritable «école du dos» qui, outre les soins ciblés, propose un «bilan rachimétrique» permettant d'évaluer la mobilité du dos dans les différents gestes de la vie quotidienne, pour proposer ensuite une correction de la colonne vertébrale.

Jambes Lourdes Cure ayant pour effet d'atténuer les douleurs, reconstituer la dynamique veineuse et stimuler la circulation avec des soins comme notamment la pressothérapie, le drainage lymphatique et la cryothérapie.

Jeune Maman Idéal pour faire une pause après la naissance de bébé, la cure post-natale se pratique de 3 à 8 mois après l'accouchement. Ce forfait comprend, très souvent, une rééducation périnéale et des soins aidant la jeune maman à retrouver son tonus musculaire et sa forme. Certains centres proposent également des soins avec bébé et sont dotés d'une nurserie pour prendre soin du bébé pendant les soins de la maman. Il faut noter que beaucoup de centres exigent que le bébé ait un certificat de bonne santé ou certains vaccins.
Future Maman Les soins de thalassothérapie n'étant pas tous adaptés aux femmes enceintes, certains centres proposent des cures pour les futures mamans avec des programmes allégés combinant des soins de thalassothérapie très doux et des soins de beauté. Idéal pour se ressourcer avant la naissance de bébé. Cure à réaliser entre le 4e et le 7e mois de grossesse.

Sevrage Tabagique Soins d'hydrothérapie, activités physiques et de relaxation pour réussir le sevrage tabagique et retrouver tonus et vitalité. Une approche similaire au forfait anti-stress est proposée pour l'aide au sevrage tabagique avec, en plus, des aérosols marins, individuels ou collectifs, qui dégagent les voies respiratoires.

Minceur / Anti-Cellulite Une sélection de soins favorisant l'élimination de la surcharge pondérale et de la cellulite. Les soins additionnels les plus fréquents sont les enveloppements d'algues, les massages locaux, les douches à jet qui activent la circulation sanguine et le Cellu M6. La diététique reste la pierre angulaire de ce type de cure avec un régime adapté, un bilan et un encadrement diététique, ainsi que de nombreux conseils pour conserver les bienfaits de la cure minceur au-delà de votre séjour. La cure d'amincissement comprend également un programme complet d'exercices et parfois des cours de cuisine. Il convient de souligner que la motivation du candidat à la minceur joue un rôle déterminant.

Thalasso & Spa / Massages du monde Compte tenu de l'intérêt croissant pour les thérapies traditionnelles et les soins de médecine énergétique, de nombreux centres offrent aujourd'hui des forfaits associant traitements marins et soins issus des traditions orientales, tels qu'ayurveda, shiatsu, tui na, massage balinais, réflexologie, sophrologie. Certains forfaits incluent également un ou deux soins de beauté.

Détox De sources de pollutions encombrent le corps de toxines et l'empêchent d'être au mieux de sa forme. Lorsque les systèmes d'adaptation et d'élimination de l'organisme sont débordés, la liste des effets collatéraux est longue: fatigue, manque d'énergie, nervosité, irritabilité, troubles du sommeil, problèmes de digestion, constipation... Les cures Détox ont pour but de purifier l'organisme, notamment à l'aide de soins drainants et parfois d'une cuisine diététique spéciale Détox, pour insuffler une énergie nouvelle au corps et au mental.

Beauté Proche de la cure remise en forme, mais avec moins de soins de thalassothérapie et plus de soins de beauté du visage et du corps.

Spécial Homme Avec l'augmentation des curistes masculins, plusieurs centres proposent des programmes avec des soins plus toniques, davantage de sport et une approche plus virile de la cure.

Senior / Anti-âge Programme de soins adaptés aux seniors prenant en compte le plus grand nombre des déficits responsables du vieillissement. Des soins de beauté anti-âge complètent parfois cette cure.

Remise en Forme & Sport / Golf Proche de la cure remise en forme mais avec moins de soins de thalassothérapie au profit de programmes sportifs pour ceux qui désirent faire du sport, se mettre ou se remettre au sport.

Duo Cure effectuée en cabine Duo, dédiée aux couples souhaitant s'offrir des moments privilégiés à deux, ou simplement s'offrir des instants de complicité.

LEXIQUE DES SOINS

Les soins et les techniques de soins sont identiques en Thalassothérapie, en Spa et en Thermal-Spa. La différence vient uniquement de l'eau et des matières utilisées. Vous trouverez ci-dessous le descriptif des principaux soins que l'on retrouve dans les cures.

Acupuncture Thérapie chinoise traditionnelle consistant à placer des aiguilles ultrafines à des points précis du corps pour soigner, stimuler ou calmer, selon les indications.

Aquaforme Appareils de fitness immergés dans l'eau pour une musculation en douceur.

Aquagym Gymnastique en piscine pour travailler le corps en douceur, tonifier la musculature et affiner la silhouette.

Aromathérapie Utilisation des huiles essentielles en diffusion, en massage ou en bain.

Bains Enrichis d'essences naturelles, d'algues ou de fleurs, les bains se pratiquent en baignoire individuelle. Ils sont dits bouillonnants lorsque l'eau est brassée par une émission régulière de bulles d'air qui mène à une réelle détente. Ils sont dits hydromassants lorsque des jets sous-marins suivant les trajets musculaires et le sens du retour veineux, opèrent un massage décontractant et drainant des pieds à la nuque.

Boues auto-chauffantes Application de boue autochauffante d'argile sur le dos et/ou certaines articulations pour soulager les douleurs.

Boues marines Pétrissage de boues d'algues chaudes soulageant la douleur et redonnant mobilité aux articulations des mains et poignets rhumatisants.

Cardio-training Exercice en salle avec différents types d'appareils (rameurs, vélos, tapis…) permettant un travail personnalisé pour muscler le corps, affiner la silhouette et réguler le rythme cardiaque.

Cellu M6 ou Skin Tonic Traitement anti-cellulite par palper-rouler mécanique.

Chromathérapie Thérapie par la couleur. Le rayonnement de différentes couleurs stimule l'énergie organique déficiente et calme l'énergie en excès.

Cryothérapie Exposition dans un caisson, à des températures extrêmes comprises entre -110°C et 140°C pendant 1 à 3 min., libérant les endorphines et soulageant les douleurs.

Douche à affusion Rampe de petits jets d'eau fins qui arrose le curiste étendu sur un matelas, d'une pluie de gouttelettes légères; peut être accompagné d'un massage (modelage sous affusion).

Douche à jet Puissant jet d'eau avec lequel l'hydrothérapeute masse le curiste de la plante des pieds aux épaules à une distance de env. 3 m.

Douche sous-marine Assis dans une baignoire large et profonde, massage par pression réalisé par un hydrothérapeute à l'aide d'un jet.

Drainage lymphatique Pressions lentes et douces pour tonifier le circuit lymphatique par drainage et ainsi faciliter l'élimination des toxines.

Enveloppements d'algues Application d'algues chaudes finement broyées, riches en oligo-éléments, permettant une rééquilibration de l'organisme en le reminéralisant et en favorisant l'élimination des toxines.

Fangothérapie Boues thermales riches en minéraux et oligo-éléments appliquées sur le corps sous forme d'enveloppement, cataplasme ou bain pour calmer les douleurs.

Fasciathérapie Relaxation profonde par effacement des traumatismes anciens – physiques et psychologiques – inscrits dans les «fascias», gaines des muscles.

Frigithérapie Application sur les jambes, d'un gel créant une sensation de froid, suivi d'un massage stimulant la circulation; soin destiné à «alléger» les jambes lourdes.

Gommage Massage de l'épiderme avec un produit exfoliant destiné à éliminer les cellules mortes et rendre la peau douce.

Hydrojet Lit à eau chaude avec dispositif de massage par pression d'eau.

Jets sous-marins Soin collectif en piscine. Mouvements effectués sous la conduite d'un hydrothérapeute devant un jet fixe à orientation et puissance variable.

Iyashi Dôme Appareil de bien-être utilisé pour la detoxification et la relaxation. Il s'agit d'une cabine de sudation infrarouge qui émet des rayons lointains pour aider à stimuler la transpiration et à éliminer les toxines du corps.

Manuluve et Pédiluve Bain de mains et de pieds alternant chaud et froid pour stimuler la circulation.

Massage Technique manuelle contribuant à la relaxation, à l'amélioration de la circulation, ainsi qu'au relâchement et à l'élimination des toxines musculaires.

Massage thérapeutique thaï Enchaînement précis de plusieurs techniques, principalement pressions, étirements, mobilisations et postures visant à rétablir la circulation énergétique.

Massothermie Approche thérapeutique qui combine à la fois le massage et les applications de chaleur pour favoriser la détente, soulager les tensions musculaires et améliorer la circulation sanguine.

Modelage Massage de confort effectué par une esthéticienne ou un (une) hydrothérapeute formé à cet effet.

Ostéopathie Manipulations portant sur les articulations, les os ou les muscles pour rétablir l'équilibre et le fonctionnement harmonieux de l'organisme, éliminant ainsi douleurs chroniques ou aiguës.

Pilates Forme d'exercice physique qui vise à améliorer la force, la flexibilité, la posture et la coordination du corps. Il repose sur des mouvements contrôlés et précis, avec un accent particulier sur la respiration et l'activation des muscles profonds.

Pressothérapie Drainage lymphatique mécanique stimulant la circulation sanguine dans les jambes par un système de pressions intégré à des bottes gonflables.

Réflexologie plantaire Stimulation grâce au massage par pression des points réflexes sous la plante des pieds, correspondant chacun à un organe ou à une partie du corps.

Reiki Méthode de relaxation d'origine tibétaine par transmission d'énergie vitale.

Shiatsu Technique de massage japonaise par pressions et étirements sur les méridiens du corps afin de rétablir la libre circulation de l'énergie.

Stretching Gymnastique douce basée sur l'étirement des muscles et la mise en tension du corps.

Sophrologie Exercices de relaxation facilitant la détente et le bien-être physique et psychique.

Taï Chi et Chi Gong Gymnastiques chinoises intégrant mouvements et immobilités pour restaurer la circulation d'énergie.

Thalaxion Hydromassage des jambes avec alternance de températures dans une baignoire à capot. Idéal pour soulager les jambes lourdes.

Watsu Adaptation du shiatsu se pratiquant en piscine chaude.

LA VALISE DU CURISTE

Pour réussir votre cure, pensez à toutes ces petites affaires qui vous rendent la vie agréable.

Pour les soins Maillots de bain: au moins deux afin de pouvoir changer lorsque l'un est mouillé – Sandales en plastique pour les espaces d'eau – Bonnet de bain – Crème hydratante, l'eau de mer peut avoir un effet desséchant – Votre dossier médical si vous avez des problèmes de santé.

Pour le sport, les loisirs et le soir Vêtements & chaussures pour le sport et la relaxation – Livres et journaux – Tenues un peu plus habillées pour le dîner.

Sont fournis par les établissements Peignoirs et linges de bain pour les soins (à rendre en fin de cure). Certains établissements demandent des cautions, restituées en fin de cure, pour la fourniture des peignoirs et linges de bain – Sandales pour les espaces d'eau, sac thalasso et bonnet de bain: mis à disposition gratuitement par certains établissements et payants dans d'autres.



FSC www.fsc.org
MIXTE
Papier issu de sources responsables
FSC® C068097

Ce produit est composé de matériaux issus de forêts bien gérées certifiées FSC®, de matériaux recyclés et de matériaux issus d'autres sources contrôlées.
Lorsqu'il sera périmé, recyclez-le dans les containers destinés à la récolte des papiers et cartons.

© Photo couverture: Alamy

Informations, réservations et organisation complète de votre séjour bien-être:

DESTINATIONS SANTE

Votre spécialiste bien-être depuis plus de 30 ans

Chemin des Fontenailles 4 - 1196 Gland

tél: 022 960 95 00

www.destinations-sante.ch - e-mail: info@destinations.ch