

Alliance Pornic Resort Hôtel Thalasso & Spa**** – Pornic

Forfait semaine Prix par personne en francs		du 03.01 au 13.02.21 du 26.09 au 16.10.21 du 31.10 au 04.12.21 ²⁾			du 14.02 au 31.07.21 du 29.08 au 25.09.21 du 17.10 au 30.10.21 du 19.12 au 31.12.21			du 01.08 au 28.08.21		
		7n / 6j sans transport	Nuit suppl. avec soins sans soins		7n / 6j sans transport	Nuit suppl. avec soins sans soins		7n / 6j sans transport	Nuit suppl. avec soins sans soins	
Patio	Double Indiv.	1960.- 2345.-	290.- 340.-	190.- 265.-	2090.- 2580.-	315.- 375.-	200.- 300.-	2230.- 2685.-	330.- 395.-	215.- 320.-
Littoral	Double Indiv.	2135.- 2555.-	315.- 370.-	205.- 295.-	2290.- 2825.-	340.- 410.-	225.- 340.-	2395.- 2965.-	355.- 430.-	245.- 355.-
Océan	Double Indiv.	2345.- 2790.-	345.- 405.-	230.- 335.-	2545.- 3140.-	375.- 455.-	255.- 380.-	2650.- 3280.-	395.- 470.-	275.- 400.-
Grand Large ¹⁾	Double Indiv.	2590.- 3080.-	380.- 450.-	260.- 375.-	2825.- 3490.-	425.- 505.-	285.- 430.-	2965.- 3595.-	435.- 520.-	305.- 445.-
Suite Junior	Double Indiv.	2870.- 3430.-	425.- 495.-	295.- 425.-	3245.- 3910.-	475.- 565.-	335.- 490.-	3315.- 4050.-	490.- 580.-	290.- 510.-
Supplément pension complète traditionnelle, détox ou ayurvédique		280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		630.-	–	–	690.-	–	–	690.-	–	–
Supplément par chambre pour choix de l'orientation ou du numéro		55.-	–	–	55.-	–	–	55.-	–	–

PROMOTION

Solo

Du 10.01 au 24.01, du 14.03 au 21.03 du 23.05 au 30.05, du 06.06 au 20.06, du 10.10 au 17.10 et du 21.11 au 28.11, supplément single offert (appliquer les tarifs en chambre double)

PRESTATIONS INCLUSES

Le forfait 7 nuits/6 jours comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Remise en Forme (24 soins - choix orientation détente ou équilibre)
- Visite médicale
- Cadeau surprise Alliance Pornic
- Transferts aéroport/hôtel et retour offerts (si arrivée/départ avec easy) et le samedi après-midi en janvier à mars et de novembre à décembre, resp. le dimanche après-midi de mai à octobre)

HEBERGEMENT

¹⁾**Chambre Grand Large:** chambre avec vue panoramique sur l'Océan.

Autres catégories de chambres: Suites (prix sur demande)

²⁾**Fermeture annuelle:** du 05.12 au 18.12.21 inclus

A noter: taxe de séjour à régler sur place

TRANSPORT ET TRANSFERTS

Avion:

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

Transferts:

- Aéroport de Nantes/hôtel/aéroport:
 - avec la navette de l'hôtel pour une arrivée/départ par vol easyjet 1363/1364 le samedi après-midi de janvier à mars et de novembre à décembre, resp. le dimanche après-midi de mai à octobre, offerts
 - avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à 11h15 et 16h15 et/ou un départ de vol à 12h30 et 17h30: CHF 35.- par personne et par trajet

- en taxi, prix indicatif: 75€ (semaine), 105€ (nuit, dimanche et jour férié) par trajet
- Gare de Nantes/hôtel/gare:
 - avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à Nantes à 11h et 16h et/ou un départ de l'hôtel à 10h15 et 15h15: CHF 35.- par personne et par trajet
 - en taxi, prix indicatif: 85€ (semaine), 115€ (nuit, dimanche et jour férié) par trajet

Location de voiture: prix sur demande

Parking: parking extérieur de l'hôtel gratuit

PROGRAMMES THALASSO

Remise en Forme Détente: compris dans le forfait de base

6 jours/24 soins – 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants, 2 applications d'argile authentique ou des Moutiers, 2 douches à jet, 3 douches sous pluie marine, 1 jet sous affusion, 2 massages aromatiques aux huiles bio de 20 min, 1 séance de pressothérapie ou de Stendo, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 6 cours collectif de stretching en piscine, relaxation créative, gym piscine ou Waff max.

Remise en Forme Equilibre: sans supplément

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

Privilège: supplément CHF 295.-

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

Suprême: supplément CHF 440.-

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

Harmonie (du lundi au samedi): supplément CHF 440.-

6 jours/27 soins – 4 à 5 soins par jour soit 7 soins individuels d'hydrothérapie, 6 applications localisées d'argile des Moutiers, 1 atelier postural avec un kinésithérapeute, 2 séances de kiné aquatique et, selon l'orientation choisie, 6 massages thérapeutiques spécial dos de 20 min, 3 séances de rééducation du dos en piscine, 2 séances de lit à vibration Andumédic (**orientation dos**) ou 6 massages thérapeutiques spécial rhumato de 20 min, 3 séances de rééducation en bassin et 2 hydromassages aquaroll (**orientation rhumato**)

Jeune Maman (du lundi au samedi – nurserie pendant les soins de la maman à réserver: env. 240€): supplément CHF 440.-

6 jours/29 soins et ateliers – 4 à 5 soins par jour soit 7 soins individuels d'hydrothérapie, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 3 enveloppements d'algues, 2 séances détox infrarouge, 2 séances de kinésithérapie aquatiques, 2 séances de Stendo, 2 massages amincissants (20 min), 1 gommage du corps ou massage aromatique aux huiles bio (20 min), 1 soin beauté du regard (20 min) et 1 soin beauté du visage (50 min). Pour bébé, 1 bain hydromassant avec bébé et 2 séances de massage d'éveil (entre 3 et 6 mois) ou 2 bains hydromassants et 1 séance de bébé nageur (dès 6 mois). La cure comprend également 3 ateliers thématiques (diététique, conseils médicaux, kinésithérapie hypopressive).

Fibromyalgie (du lundi au samedi) ³⁾: supplément CHF 520.-

6 jours/29 soins – au programme, 6 bains hydromassants, 6 applications d'argile des Moutiers ou d'argile authentique, 2 séances de lit à vibration Andumédic ou de Stendo, 2 massages thérapeutiques (20 min), 1 massage visage et cuir chevelu

(20 min), 1 séance individuelle de Feldenkrais ou de somatothérapie (50 min), 1 séance d'hypnose thérapeutique (50 mn), 3 séances de relaxation, 1 atelier de sophrologie ou de méditation ou Méthode Feldenkrais, 3 séances de cryothérapie ou séances de détox infrarouge, 2 séances de rééducation en bassin (haut et bas du corps) ou de kiné aquatique et 1 séance de stretching piscine ou de gym piscine. La cure comprend également un entretien médical approfondi et une consultation diététique avec Oligoscan (1h15).

Silhouette ⁴⁾: supplément CHF 520.-

6 jours/31 soins – 4 à 5 soins par jour avec 3 orientations à choix: **Minceur, Anti-Cellulite ou Détox.** Consultation diététique avec Oligoscan incluse. Pension complète détox avec repas au restaurant bio «La Terrasse» vivement conseillée.

Résolution Sport (du lundi au samedi – semaines paires): suppl. CHF 520.-

6 jours/19 soins – 5 **matinées sportives:** sortie nature avec en alternance de marche rapide et footing léger, séance de Waff ou d'aquabike, suivie préparation physique en salle et en bassin. Bilan et conseils personnalisés d'un coach. **6 après-midi détente:** récupération et soins – 2 à 3 soins par jour soit 6 soins individuels d'hydrothérapie, 3 applications d'argile des Moutiers ou séances de cryothérapie ou séances de Détox infrarouge 1 séance de cryo/press ou de Stendo, 2 séances de lit Andumédic, 1 hydromassage Aquaroll, 1 shiatsu 50 min, 1 massage sous affusion, 1 massage aromatique aux huiles bio de 20 min, 2 séances de Waff relaxation (20 min) et 1 séance de vibrations japonaises ou massage du visage et du cuir chevelu. Consultation diététique individuelle incluse.

Course à Pied & Thalasso (du lundi au samedi): supplément CHF 520.-

6 jours/21 soins + 2 consultations – Le matin: jogging journalier, préparation physique en salle et en bassin d'eau de mer, stretching, test VO2 max, 1 sortie longue de 1h30, renforcement musculaire et postural sur Waff. Brunch diététique avec le coach. L'après-midi: récupération et soins – 3 à 4 soins par jour soit 6 douches à jet, 3 massages kiné tonifiants de 20 min, 2 hydromassages Aquaroll, 2 séances de cryogel-press ou de Stendo, 3 séances de lit à vibration Andumédic ou hydromassant et 5 séances de cryothérapie. Consultation diététique individuelle et consultation médicale avec test de Ruffier et contrôle de l'EGG incluse.

Multi-Sensorielle (du lundi au samedi) ⁵⁾: supplément CHF 520.-

6 jours/22 soins – 3 à 4 soins individuels par jour, soit 6 bains hydromassants aux huiles essentielles, 2 jets pression, 3 applications d'argile des Moutiers, 1 séance de lit hydromassant, 1 séance de lit à vibration Andumédic, 1 hydromassage Aquaroll, 1 massage visage et cuir chevelu (20 min), 1 massage de 50 min au choix (Massai, Maori, Maya, Polynésien, Californien, Réflexologie Chinoise ou Shiatsu), 2 massages aromatiques aux huiles bio (20 min), 1 kansu ou 1 shiatsu dos (20 min) et 3 séances de cryothérapie ou séances de Détox infrarouge.

Capital Santé Energie (du lundi au samedi) ⁶⁾: supplément CHF 640.-

6 jours/37 soins et activités – 6 à 7 soins par jour soit 13 soins individuels d'hydrothérapie, 6 oxygénations biocatalytiques, 2 massages du visage et du cuir chevelu, 2 massages exclusifs au choix (50 min), 3 séances de cryothérapie ou de détox infrarouge, 3 séances Miltale, 2 séances de yoga, sophrologie ou Méthode Feldenkrais, 2 marches toniques, 1 consultation diététique, 1 séance Oligoscan et 2 PhysioScan.

Thalasso & Secrets du Monde: supplément CHF 640.-

6 jours/28 soins – 4 à 5 soins par jour soit 12 soins individuels d'hydrothérapie, 1 séance de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 3 séances de détox infrarouge, 1 gommage, 1 shiatsu 50 min, 2 massages exclusifs de 50 min (au choix), 1 réflexologie chinoise (50 min), 1 kansu ou shiatsu à l'huile de sésame (20 min), 1 massage aromatique (20 min), 2 massages du visage et du cuir chevelu (20 min) et 3 enveloppements.

Oligo-Marine: supplément CHF 640.-

6 jours/30 soins avec comme objectif la reminéralisation et la régénération – au programme, 2 aérosoles, 6 enveloppements d'algues, 13 soins individuels d'hydrothérapie, 1 gommage, 2 massages sous affusion, 5 massages aux huiles reminéralisantes (20mn) et 1 massage de 50 min. Également inclus dans la cure: 1 séance d'Oligoscan et 1 consultation diététique.

Ojas Ayurveda (du lundi au samedi): supplément CHF 920.-

6 jours/21 soins & 5 ateliers – 3 soins par jour soit 1 soin visage Bio-Kalyaan (1h), 6 bains hydromassants aux algues, 6 soins de thalasso à choix parmi douche sous pluie marine, douche à jet, enveloppement d'argile authentique et jet sous affusion, ainsi que 6 séances ayurvédiques de 1h20 pouvant inclure 2 soins, 5 ateliers (yoga, sophrologie, méditation, tai chi et introduction sur l'ayurveda) et 2 consultations ayurvédiques. Repas ayurvédiques au restaurant la Terrasse.

Sensation Libre: supplément CHF 920.-

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

Anti-Age ⁷⁾: supplément CHF 920.-

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

Anti-Tabac ⁸⁾: supplément CHF 640.-

6 jours/42 soins, séances sportives et ateliers – Détails de la cure sur demande.

Junior: tarif sur demande

4 jours/16 soins – Programme pour les adolescents de 13 à 17 ans incluant 6 soins d'hydrothérapie, 2 séances de lit hydromassant ou de lit à vibration Andumédic, 1 soin du Visage Lady Green (40 mn), ou soin Visage Manetik (jeune homme), 1 massage du visage et du cuir chevelu (20 mn), 2 massages aromatiques aux huiles bio (20 mn) et 4 séances d'aquafit ou d'aquatraining.

⁹⁾**Note:** cure incluant 1 Oligoscan, merci de mentionner votre groupe sanguin à la réservation

Visite de santé obligatoire comprise dans le forfait.

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