

# Roz Marine Thalasso Resort\*\*\* - Perros-Guirec

Forfait semaine Prix par personne en francs		du 01.01 au 06.01.24 <sup>1)</sup> du 11.02 au 06.07.24 du 01.09 au 28.09.24 du 20.10 au 02.11.24 du 22.12 au 31.12.24			du 19.01 au 10.02.24 du 29.09 au 19.10.24 du 03.11 au 21.12.24			du 07.07 au 31.08.24		
		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	
Chambre Argot	Double	2245.-	340.-	sur demande	1980.-	300.-	sur demande	2340.-	355.-	sur demande
Vue Jardin	Indiv.	2665.-	400.-		2365.-	355.-		2795.-	420.-	
Chambre Armor	Double	2770.-	415.-	sur demande	2470.-	370.-	sur demande	2865.-	430.-	sur demande
Vue Mer	Indiv.	3295.-	490.-		2960.-	440.-		3390.-	505.-	
Suite Junior Argot	Double	2910.-	435.-	sur demande	2540.-	380.-	sur demande	3075.-	460.-	sur demande
Vue Jardin	Indiv.	3435.-	510.-		2995.-	445.-		3600.-	535.-	
Suite Junior Armor	Double	3295.-	490.-	sur demande	2890.-	430.-	sur demande	3495.-	520.-	sur demande
Vue Mer	Indiv.	3890.-	575.-		3380.-	500.-		4055.-	600.-	
Supplément pension complète		280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		810.-	-	-	720.-	-	-	870.-	-	-
PROMOTION		Solo	Du 20 au 27.01, du 09 au 16.03, du 12 au 19.05, du 09 au 23.06, du 01 au 08.09, du 06 au 13.10, du 02 au 09.11 et du 07 au 14.12, supplément single offert (appliquer les tarifs en chambre double - dates sujettes à modification en cours d'année)							
		First Minute	Pour toute réservation effectuée 60 jours avant la date d'arrivée, réduction de 15% sur votre forfait 7 nuits/6 jours de cure (non cumulable avec l'offre Solo)							

## PRESTATIONS INCLUSES

Le forfait 7 nuits/6 jours comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Breizh Océan
- Accès libre à l'espace zen de 9h à 13 et du 14h à 21h

## HEBERGEMENT

**1)Fermeture annuelle:** du 07.01 au 18.01.24 inclus

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

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

## TRANSPORT ET TRANSFERTS

**Avion:**

- **Vol Air France de Genève de Brest, via Paris et retour + voiture de location.** Prix sur demande
- **Vol direct easyJet de Lyon à Brest et retour + voiture de location.** Prix sur demande.

**Transferts:**

- Gare de Lannion/hôtel/gare:
  - Offert avec la navette de l'hôtel
- Gare de Guingamp/hôtel/gare:
  - en navette de l'hôtel, 35€/personne/trajet

**Location de voiture:** prix sur demande

**Parking:** parking extérieur de l'hôtel payant (env. 8€/nuit)

## PROGRAMMES THALASSO

**Breizh Océan:** compris dans le forfait de base

6 jours/18 soins & 6 cours collectifs - Cure classique de thalassothérapie incluant 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants aux algues ou aux huiles essentielles, 6 enveloppements au choix, 1 gommage corps, 1 douche sous pluie marine, 1 séance d'Aquatizer (lit hydromassant), 1 massage sous pluie marine de 20 min, 2 massages au choix de 20 min (dos et jambes, visage ou cuir chevelu) et 6 séances d'activités aquatiques ou terrestres en groupe.

**Breizh Océan Privilège:** supplément CHF 270.-

6 jours/24 soins individuels - 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants aux algues ou aux huiles essentielles, 6 enveloppements au choix, 1 gommage corps, 1 douche sous pluie marine, 2 séances d'Aquatizer (lit hydromassant), 2 douches à jet, 1 massage sous pluie marine de 20 min, 4 massages au choix de 20 min (dos et jambes, visage ou cuir chevelu) et 1 soin visage de 30 min.

**Breizh Relax:** supplément CHF 475.-

6 jours/21 soins individuels - Programme détente incluant 6 bains hydromassants, 3 enveloppements décontractants, 1 gommage corps, 2 douches sous pluie marine, 1 douche à jet, 2 séances de lyashi Dôme, 1 massage sous pluie marine de 20 min, 2 massages au choix de 20 min (dos et jambes, visage ou cuir chevelu), 2 massages au choix de 50 min et 1 massage au choix de 80 min.

**Beauté & Fermeté:** supplément CHF 475.-

6 jours/20 soins, 4 cours collectifs, 2 rdv experts et 1h15 de coaching sportif - Programme complet pour sculpter son corps incluant 3 bains hydromassants, 3 enveloppements minceur et detox, 3 douches à jet, 1 soin Cellulite 3D de chez Thalion, 3 massages sculptant Perles de Minceur (30 min) de chez Thalion, 3 séances de pressothérapie, 3 séances de cryothérapie, 1 séance de lyashi Dôme, 1 soin énergisant MyBlend de 60 min, 4 cours collectifs en bassin d'eau de mer (aquabike ou aquatraining), 1 bilan nutritionnel en 2 séances pour une prise en charge globale et personnalisée, ainsi que 1 bilan sur objectifs et 2 séances de 30 min avec un coach sportif.

**Harmonie Sensorielle:** supplément CHF 715.-

6 jours/21 soins individuels & 2 activités sportives, pour le retour à un équilibre du corps et de l'esprit, une reconnexion à soi et à son environnement. Au programme, 1 séance de lyashi-dôme, 1 gommage, 3 bains hydromassants, 5 enveloppements, 2 douches à jet, 1 douche sous affusion, 2 séances d'aquatizer, 6 massages spécifiques (massage aux bols tibétain, Renata França, reflexo-kobido, Chi Nei Tsang, Volutés des Mers et abhyanga), ainsi que 2 activités collectives, marche aquatique (longe-côte) et méditation aquatique.

**Vitalité & Mobilité:** supplément CHF 410.-

6 jours/22 soins, 5 cours collectifs et 1 atelier - Programme incluant 5 bains hydromassants, 6 enveloppements aux vertus antalgiques, 3 séances d'Aquatizer, 3 séances de cryothérapie encadrées par un kiné, 5 massages kiné de 20 min, 1 atelier «bien-être du dos» animé par un kiné et 5 séances de renforcement musculaire ou stretching.

**Terre & Mer (du lundi au samedi):** supplément CHF 475.-

6 jours/18 soins individuels & 4 activités sportives - Programme pour optimiser son immunité et prévenir du burn-out incluant 6 bains hydromassants aux algues ou aux huiles essentielles, 1 gommage corps, 3 douches à jet ou douches sous affusion ou Aquatizer, 3 enveloppements d'algues, 2 massages relaxants de 20 min, 1 massage sous pluie marine, 1 massage au choix de 50 min, 1 soin visage hydra-minéral de Thalion (50 min), ainsi que 4 activités sportives complète pour le corps et le mental (1 séance de longe-côte pour améliorer sa santé cardio-vasculaire, 1 séance de marche nordique le long du chemin des douaniers pour faire le plein d'embruns bretons, 1 séance de Pilates pour travailler son équilibre et se tonifier en douceur et 1 séance sophrologie pour réapprendre à respirer).

**Maman & Bébé (du lundi au samedi):** supplément CHF 410.-

6 jours/19 soins individuels & 4 soins avec bébé - Programme incluant 3 bains hydromassants, 1 gommage corps, 3 douches à jet, 3 enveloppements detox fermé, 3 massages de 20 min (sans huiles essentielles), 3 séances de pressothérapie, 2 séances de gymnastique hypopressive et 1 soin visage Hydra-Minéral de Thalion (60 min), ainsi que 4 soins avec bébé (3 bains micro-bulles avec bébé et 1 initiation au massage de bébé). Possibilité de mettre le bébé au Kids Club durant les soins de la maman (contre supplément).

**Douce Renaissance - Post Cancer (uniquement en semaine 13 / 22 / 26 / 28 / 39 / 43 / 48 / 51):** supplément CHF 270.-

6 jours/19 soins + 1 entretien - Cette cure s'adresse à des personnes en complète rémission suite à un cancer et qui souhaitent être accompagnés dans un environnement propice au bien-être qu'est une thalasso, pour à se reconstruire physiquement et moralement. Programme incluant 1 entretien de début de programme avec notre kiné permettant un échange sur votre pathologie et votre vécu, 3 bains hydromassants, 4 enveloppements (hydratant et reminéralisant), 4 massages kiné, 1 séance d'aquatizer (lit hydromassant), 1 soin mains et pieds Bulle de coton, 3 douches sous affusion, 1 soin visage sur-mesure Thalion et 1 séance de méditation aquatique.

**Certificat médical d'aptitude aux soins obligatoire (à présenter à l'arrivée).**

**Fournis par la thalasso:** linges, peignoir, sac thalasso. Sandales obligatoires, en vente à la thalasso.