

# Valdys Thalasso & Spa - Hôtel La Baie\*\*\*\* - Douarnenez

<b>Forfait semaine</b> Prix par personne en francs		du 04.01 au 20.02.26 du 22.03 au 03.04.26 du 21.06 au 03.07.26 du 15.11 au 18.12.26			du 21.02 au 21.03.26 du 04.04 au 13.05.26 du 25.05 au 20.06.26 du 04.07 au 10.07.26 du 23.08 au 14.11.26 du 19.12 au 25.12.26			du 14.05 au 24.05.26 du 11.07 au 22.08.26 du 26.12.26 au 03.01.27		
		7n / 6j	Nuit suppl.	7n / 6j	Nuit suppl.	7n / 6j	Nuit suppl.	7n / 6j	Nuit suppl.	7n / 6j
Confort	Double Indiv.	1815.- 2235.-	275.- 335.-	165.- 225.-	2075.- 2460.-	310.- 365.-	190.- 245.-	2215.- 2635.-	335.- 395.-	205.- 265.-
Confort Vue Mer	Double Indiv.	2095.- 2760.-	315.- 410.-	205.- 300.-	3220.- 2985.-	345.- 440.-	225.- 320.-	2495.- 3125.-	375.- 465.-	245.- 335.-
Suite Premium	Double Indiv.	2165.- 3285.-	325.- 485.-	215.- 375.-	2390.- 3545.-	355.- 520.-	235.- 400.-	2565.- 3685.-	385.- 545.-	255.- 415.-
Suite d'Exception Vue Mer	Double Indiv. Avec jacuzzi privatif	2480.- 4020.-	370.- 590.-	260.- 480.-	2740.- 4245.-	405.- 620.-	285.- 500.-	2880.- 4420.-	430.- 650.-	300.- 520.-
Supplément pension complète: traditionnelle ou diététique		245.-	35.-	35.-	245.-	35.-	35.-	245.-	35.-	35.-
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		660.-	-	-	720.-	-	-	780.-	-	-

<b>PROMOTION</b>	First Minute	<b>Pour toute réservation effectuée 120 jours avant l'arrivée</b> , réduction de 20% sur votre forfait 7 nuits/6 jours de cure, valable du 04.01 au 13.05, du 17.05 au 28.05, du 01.06 au 31.07 et du 16.08 au 26.12 <b>Pour toute réservation effectuée 60 jours avant l'arrivée</b> , réduction de 15% sur votre forfait 7 nuits/6 jours de cure, valable du 04.01 au 13.05, du 17.05 au 28.05, du 01.06 au 31.07 et du 16.08 au 26.12 <b>Du 17.01 au 06.02, du 08.03 au 21.03, du 17.05 au 22.05, du 07.06 au 20.06, du 04.07 au 10.03, du 23.08 au 04.09, du 01.11 au 08.11 et du 22.11 au 06.12,</b> , rabais de CHF 330.- en chambre à usage individuel (à déduire des prix ci-dessus - non cumulable avec l'offre First Minute / non valable sur les Suites)
	Solo	

## PRESTATIONS INCLUSES

Le forfait 7 nuits/6 jours comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Forme & Détente (24 soins)

## HEBERGEMENT

A noter: taxe de séjour à régler sur place

Chiens acceptés (env. 15€ par nuit/animal)

## TRANSPORT ET TRANSFERTS

### Avion:

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

### Transferts:

- Gare de Quimper/hôtel/gare:
  - en taxi, prix indicatif: 60€ par trajet (tarif en semaine - tarif majoré la nuit, le dimanche et les jours fériés)

Location de voiture: prix sur demande

Parking: parking privé extérieur gratuit

## PROGRAMMES THALASSO

**Forme & Détente:** compris dans le forfait de base

6 jours/24 soins - Programme classique de thalassothérapie incluant 4 soins par jour soit 5 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 3 enveloppements à la crème d'algues sur matelas d'eau chauffant, 2 douches à jet massant, 2 pluies marines, 3 séances de cataplasmes algues, 3 séances d'hydrojet, 1 massage sous pluie marine 15 min, 2 massages zen 20 min, 2 cours collectifs d'aquagym et 1 séance collective de yoga-relaxation, de stretching ou de Pilates (selon disponibilité du centre).

**Forme & Détente Premium:** supplément CHF 160.-

6 jours/24 soins individuels - Programme de thalassothérapie détente incluant 4 soins par jour soit 5 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 3 enveloppements à la crème d'algues sur matelas d'eau chauffant, 2 douches à jet massant, 2 pluies marines, 3 séances de cataplasmes algues, 3 séances d'hydrojet, 1 massage sous pluie marine 15 min et 5 massages zen 20 min.

**100% Iodé:** réduction CHF 130.-

6 jours/17 soins - Programme de thalassothérapie allégé incluant 2 à 3 soins par jours, soit 1 gommage sous pluie marine, 3 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 2 enveloppements aux algues sur matelas d'eau chauffant, 2 douches à jet massant, 2 pluies marines, 1 hydromassage manuel, 2 massages sous pluie marine 15 min, 2 cours collectifs de relaxation aquatique et 2 marches oxygénantes.

**Massages du Monde:** supplément CHF 400.-

6 jours/18 soins individuels - Programme 100% détente incluant 3 soins par jour, soit 1 gommage corps personnalisé, 3 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 6 enveloppements à la crème d'algues ou « Voyage des Sens » sur matelas d'eau chauffant, 2 séances d'hydrojet et 6 massages de 50 min (Hawaïen Lomi Lomi, Abhyanga, Kibido, Californien, Balinais et Réflexe des pieds).

**Premium Thalasso & Spa:** supplément CHF 500.-

6 jours/30 soins individuels - Programme pour une remise en forme et relaxation globale, incluant 5 soins par jour, soit 5 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 3 enveloppements à la crème d'algues sur matelas d'eau chauffant, 5 douches à jet, 3 pluies marines, 3 séances d'hydrojet, 1 hydromassage manuel, 1 séance de pressothérapie, 3 massages zen de 20 min, 2 massages réflexe des pieds de 50 min, 1 massage Californien de 50 min et 3 massages palper rouler manuels ciblés de 20 min.

**Bio Hacking:** supplément CHF 500.-

6 jours/22 soins - Une cure innovante pour vous donner les clés pour améliorer vos capacités physiques et cognitives. Au programme: 1 séance de Cardi/Check, 1 séance de pressothérapie, 2 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 2 enveloppements à la crème d'algues sur matelas d'eau chauffant, 2 séances d'hydrojet, 1 enveloppement cryogénique, 1 gommage corps, 1 soin visage Cyfolia bio Phytomer (60 min), 1 massage californien détente (60 min), 1 soin sérénité fleurs de Bach (50 min), 1 massage shiatsu visage et crâne aux fleurs de Bach (20 min), 1 massage chinois du ventre Chi Nei Tsang (50 min), 1 séance collective de yoga du visage, 2 séances collectives de relaxation aquatique, 1 marche oxygénante ou séance de Yoga-Relaxation ou Pilates (selon météo), 1 séance collective de méditation sonore, 1 atelier individuel d'automassage, 1 séance individuelle de sophro-relaxation sur coussin sensoriel et 1 consultation diététique (remplacé par un soin d'hydrothérapie en cas d'absence de la diététicienne).

**Vague de Beauté:** supplément CHF 400.-

6 jours/18 soins - Au programme: 1 séance d'oligo-check, 3 enveloppements nacre et hibiscus sur matelas d'eau chauffant, 3 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 3 séances d'hydrojet, 1 gommage corps personnalisé, 1 séance collective de méditation sonore, 1 séance collective de yoga du visage, 1 massage Signature Valdys « Vague de Sérénité » (50 min), 1 soin visage Phytomer (80 min), 1 Head Spa Japonais Premium (soin et massage cuir chevelu de 80 min), 1 Head Spa Kibido (50 min) et 1 shiatsu visage et crâne aux fleurs de Bach (20 min).

**Dos & Articulations (conseillé du lundi au samedi):** suppl. CHF 400.-

6 jours/25 soins - Au programme: 3 enveloppements à la crème d'algues, 3 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 1 hydromassage manuel 2 douches à jet massant, 1 hydro-massage manuel, 3 massages palper-rouler manuels ciblés de 20 min, 3 séances d'hydrojet, 3 séances collectives d'activités aquatiques ciblées ou articulation et, selon l'orientation choisie, 1 atelier dos et posture, 3 massages du dos (20 min) et 3 séances de cataplasmes algues ciblés (orientation dos) ou 1 séance collective de réveil musculaire, 3 massage ciblés aux huiles essentielles délassantes (20 min) et 3 enveloppements ciblés de boues marines naturelles (orientation articulations). Visite de santé incluse.

**Santé Durable (conseillé du lundi au samedi):** supplément CHF 400.- 6 jours/26 soins - Au programme: 1 Oligo-check, 7 soins d'hydrothérapie, 3 séances de cataplasmes algues, 3 enveloppements de crème d'algues laminaires, 6 massages de 20 min (palper-rouler manuels ou Zen), 2 séances d'hydrojet, 1 séance de pressothérapie, 1 séance collective de réveil musculaire et 2 séances collectives d'aquagym.

**Silhouette (pension complète diététique conseillée):** suppl. CHF 500.-

6 jours/23 soins - Au programme: 1 séance d'Oligo-Check, 1 consultation diététique (remplacé par un soin d'hydrothérapie en cas d'absence de la diététicienne), 1 gommage corps, 1 séance de pressothérapie, 3 bains hydromassants aux cristaux de mer ou à la gelée d'algues, 3 enveloppements thermo-actifs aux algues, 2 douches à jet, 1 hydromassage manuel, 2 massages palper-rouler manuels ciblés minceur (20 min), 2 madérothérapies (massage anti-cellulite et galantin de 20 min), 1 massage drainant de 50 min, 1 massage chinois du ventre Chi Nei Tsang (50 min), 2 séances de coaching personnalisé (groupe de 3 pers) et 3 séances collectives d'activités aquatiques. Livret conseils minceur diététique remis durant le séjour.

**Mon séjour Sur-Mesure:** supplément CHF 400.-

6 jours/18 soins - A vous d'établir votre programme en fonction de vos objectifs et préférences. Au choix (parmi une sélection): 8 soins de thalasso, 3 soins Spa de 50 min, 3 soins Spa de 20 min, 2 séances collectives et 2 ateliers.

**Signature d'une décharge médicale sur place. Le centre ne propose pas de visite médicale.**

**Fournis par la thalasso:** linges, peignoir (caution 50€), sac thalasso. Sandales et bonnet de bain obligatoires, à apporter ou en vente à la thalasso.