

Atalante Relais Thalasso & Spa****- Ile de Ré

| Forfait semaine Prix par personne en francs | | du 01.01 au 03.04.26 du 31.10 au 18.12.26 | | | du 04.04 au 24.07.26 du 04.10 au 31.10.26 du 19.12 au 31.12.26 | | | du 25.07 au 03.10.26 | | |
|---|--------|--|---------------------------|--|--|---------------------------|--|---------------------------|---------------------------|--|
| | | 7n / 6j sans transport | 4n / 4j sans transport | Nuit suppl. sans cure ¹⁾ | 7n / 6j sans transport | 4n / 4j sans transport | Nuit suppl. sans cure ¹⁾ | 7n / 6j sans transport | 4n / 4j sans transport | Nuit suppl. sans cure ¹⁾ |
| Confort | Double | 1985.- | 1240.- | 175.- | 2280.- | 1380.- | 195.- | 2690.- | 1620.- | 260.- |
| Côte Vignes – 23 m² (rez ou 1 ^{er} étage) | Indiv. | 2830.- | 1720.- | 300.- | 3190.- | 1880.- | 340.- | 4030.- | 2380.- | 465.- |
| Confort | Double | 2340.- | 1440.- | 240.- | 2665.- | 1600.- | 275.- | 3225.- | 1920.- | 340.- |
| Côte Mer – 23 m² (rez) | Indiv. | 3495.- | 2100.- | 430.- | 3995.- | 2340.- | 495.- | 5115.- | 2990.- | 630.- |
| Confort | Double | 2375.- | 1460.- | 245.- | 2665.- | 1600.- | 275.- | 3260.- | 1940.- | 345.- |
| Vue Océan – 23 m² (1 ^{er} étage) | Indiv. | 3670.- | 2140.- | 435.- | 3995.- | 2340.- | 495.- | 5150.- | 3020.- | 635.- |
| Premium | Double | 2060.- | 1280.- | 200.- | 2350.- | 1420.- | 225.- | 2795.- | 1680.- | 275.- |
| Côte Vignes – 28 m² (rez ou 1 ^{er} étage) | Indiv. | 2970.- | 1800.- | 350.- | 3365.- | 1980.- | 395.- | 4240.- | 2500.- | 495.- |
| Premium | Double | 3775.- | 1520.- | 285.- | 2840.- | 1695.- | 300.- | 3470.- | 2060.- | 375.- |
| Côte Mer – 28 m² (rez) | Indiv. | 3670.- | 2260.- | 470.- | 4310.- | 2540.- | 545.- | 5640.- | 3280.- | 700.- |
| Réduction accompagnant non curiste en chambre double | | 660.- | 540.- | - | 660.- | 540.- | - | 660.- | 540.- | - |
| PROMOTION First Minute Pour toute réservation effectuée 60 jours avant l'arrivée, réduction de 15% sur votre forfait 7 nuits/6 jours de cure, valable du 01.01 au 31.07 et du 01.09 au 28.12.26 | | | | | | | | | | |

¹⁾Nuits suppl. avec soins sur demande

PRESTATIONS INCLUSES

Le forfait 7 nuits/6 jours comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Essentielle (24 soins & activités)
- Libre accès au Spa Marin
- 1 journée de location de vélo
- Accueil VIP avec bouteille de champagne local en chambre à l'arrivée
- Transferts aéroport de La Rochelle/hôtel et retour, offerts

Le forfait 4 nuits/4 jours comprend:

- 4 nuits en demi-pension
- 4 jours de cure Evasion Thalasso (12 soins)
- Libre accès au Spa Marin

HEBERGEMENT

Autres catégories de chambres: Premium Vue Océan, Suite Confort Côte Mer et Suite Premium Océan - tarifs sur demande

A noter: taxe de séjour à régler sur place

Chiens acceptés en chambre uniquement (env. 25€ par nuit/animal)

TRANSPORT ET TRANSFERTS

Avion:

- De fin avril à mi-octobre, vol direct easyJet de Genève à La Rochelle et retour. Prix sur demande.
- Vol directs easyJet de Genève à Nantes et retour + voiture de location (prix sur demande)

Train: Suisse/La Rochelle/Suisse

Transferts:

- Aéroport de La Rochelle/hôtel ou retour: navette gratuite de l'hôtel pour les forfaits dès 6 nuits/6 jours de cure
- Gare/Aéroport de La Rochelle/hôtel ou retour: en taxi (réservation à effectuer à l'avance): prix indicatif par trajet 40€ en semaine (tarif majoré la nuit, les dimanches et jours fériés).

Parking extérieur gratuit. Bornes de recharge pour voiture électrique à disposition

EXCLUSIVITÉS DESTINATIONS SANTÉ

Dès 6 nuits/6 jours de cure: accueil VIP avec bouteille de champagne local «Trousse Chemise» en chambre à l'arrivée, 1 journée de location de vélo, ainsi que les transferts de/à l'aéroport de La Rochelle offerts.

PROGRAMMES THALASSO

Essentielle: compris dans le forfait de base

6 jours/24 soins & activités - cure classique de thalassothérapie incluant 4 soins par jour soit 1 gommage corps, 1 massage sous pluie marine (15 min), 16 soins de thalasso (parmi bain marin reminéralisant, lit hydromassant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 séance de pulsothérapie cardio-synchronisée STENDO ainsi que 5 séances d'aqua-activités (aqua stretching, aqua cuisses-abdos-fessiers, aqua posture) ou séance collective coachée (marche, yoga, Pilates...).

Plénitude: supplément CHF 275.-

6 jours/24 soins individuels - cure détente incluant 1 gommage corps, 1 massage sous pluie marine (15 min), 16 soins de thalasso (parmi bain marin reminéralisant, lit hydromassant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 séance de pulsothérapie cardio-synchronisée STENDO, 1 lit de flottaison Dryfloat avec aquajets et luminothérapie adaptés, ainsi que 1 massage réflexe détente des pieds (20 min), 1 massage visage (20 min) et 2 massages relaxants (20 min).

Sport Océan by Surfrider Foundation (du lundi au samedi - d'avril à octobre): supplément CHF 495.-

6 jours/18 soins individuels, 3 séances de coaching sportif et 3 activités écoresponsables. Parenthèse bien-être unique où la thalassothérapie, le sport et l'écoresponsabilité s'unissent. 1% du montant de votre cure sera reversé à l'association «Surfrider». Au programme: 1 gommage sous pluie marine, 1 massage sous pluie marine (15 min), 14 soins de thalasso (parmi bain marin reminéralisant, lit hydromassant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 séance de pulsothérapie cardio-synchronisée STENDO, 1 de flottaison Dryfloat, 2 séances de coaching individuels (30 min), 1 bain de mer selon la méthode Wim Hof (90 min), 1 atelier collecte de déchets «J'agis pour la Mer» (90 min), 1 randonnées pédestre «J'agis pour le Terre» (90 min) et 1 sortie extérieure «Pause Terre Océan» pour se relier à la nature (60 min). Egalement inclus: 1 pack «éco» Surfrider Foundation + vélo classique et planche de surf en illimité.

Massages du Monde: supplément CHF 675.-

6 jours/24 soins individuels - Programme 100% Bien-être incluant 1 gommage corps, 1 massage sous pluie marine (15 min), 1 massage Prestige sous pluie marine (30 min), 14 soins de thalasso (bain marin reminéralisant, lit hydro-massant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 séance de pulsothérapie cardio-synchronisée STENDO, 1 lit de flottaison Dryfloat avec aquajets et luminothérapie adaptés, ainsi que 1 massage relaxant (50 min), 1 massage Océanie aux céramiques chaudes (50 min), 1 massage Ayurvédique (50 min), 1 escale détente du dos (50 min) et 1 massage détente (20 min).

Anti-Age: supplément CHF 445.-

6 jours/24 soins individuels - cure alliant les bienfaits des soins de thalassothérapie à des soins beauté anti-âge. Au programme: 1 gommage corps, 2 massages sous pluie marine (15 min), 13 soins de thalasso (bain marin reminéralisant, lit hydromassant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 soin endermologie visage LPG Cellu M6 Alliance (30 min), 2 séances de sauna japonais I3 DOME, ainsi que 1 soin visage Expert Anti-Age (50 min), 1 soin visage Essentiel (50 min), 1 massage visage Kobido (50 min) et 2 massages visages drainants (20 min).

Thalavie - Equilibre Énergétique & Sommeil (du lundi au samedi): supplément CHF 1245.-

6 jours/25 soins + 5 rendez-vous expert - Programme incluant 1 gommage corps, 3 massages sous pluie marine (15 min), 2 enveloppements d'algues lami-naires «Labio-Boost», 2 enveloppements à la cire «sérénité» au karité, 4 bains marins hydromassants à la «Brume Nuit Calme», 2 séances de sauna japonais I3DOME, 2 lits de flottaison DRYFLOAT, 2 séances LPG CELLU M6, 2 séances de STENDO «jambes lourdes, circulatoires» ou «drainage lymphatique modéré», 1 séance collective de Yoga Nidra (1h), ainsi que 1 consultation médicale, 2 consultations diététiques et 2 diagnostics MASAK.

Thalavie - Equilibre Emotionnel & Relaxation (du lundi au samedi): supplément CHF 1245.-

6 jours/25 soins + 5 rendez-vous expert - programme incluant 1 gommage corps, 3 massages sous pluie marine (15 min), 2 enveloppements d'algues rouges aux extraits de coton et d'aloé vera, 2 applications de boues marines chaudes, 4 bains marins reminéralisants à la gelée relaxante aux algues rouges et à l'hibiscus, 1 massage Océanie (50 min), 1 séance de MAQAM (20 min), 1 massage réflexe détente des pieds (50 min), 1 coaching individuel «relaxation corporelle» intensité douce (30 min), 2 séances de sauna japonais I3DOME, 2 lits de flot-taison DRYFLOAT, 2 séances LPG CELLU M6, 2 séances de STENDO «détente et relaxation», 1 séance collective de Hatha Yoga (1h) ainsi que 1 consultation médicale, 2 consultations diététiques et 2 diagnostics MASAK.

Thalavie - Equilibre Physique & Apaisement des douleurs (du lundi au samedi): supplément CHF 1245.-

6 jours/25 soins + 5 rendez-vous expert - programme incluant 1 gommage corps, 3 massages sous pluie marine (15 min), 1 application «cryogène», 2 applications localisées de boues marines chaudes, 3 bains marins reminé-ralisants «cryogène», 2 jets marins, 1 séance d'ostéopathie (50 min), 1 massage Ré Harmonie (50 min), 1 séance d'aqua-ostéo (20 min), 1 coaching individuel de renforcement et de stretching (30 min), 2 séances de sauna japonais I3DOME, 2 lits de flottaison DRYFLOAT, 2 séances LPG CELLU M6, 2 séances de STENDO «récupération et drainage» ou «jambes lourdes délicat», 1 séance collective de Vinyasa Yoga (1h), ainsi que 1 consultation médicale, 2 consultations diététiques et 2 diagnostics MASAK.

Thalavie - Equilibre Corporel et Apparence (du lundi au samedi): supplément CHF 1245.-

6 jours/25 soins + 5 rendez-vous expert - programme incluant 1 gommage corps, 3 massages sous pluie marine (15 min), 2 enveloppements d'algues ther-mosudation au fucus, 1 enveloppement d'algues à la spiruline, 3 bains marins reminéralisants «lactés au sucre», 2 jets marins, 1 séance d'ostéopathie (50 min), 1 soin Silhouette Océane (50 min), 1 coaching individuel de renforce-ment et de stretching (30 min), 1 coaching individuel de dépense énergétique (30 min), 2 séances de sauna japonais I3DOME, 2 lits de flottaison DRYFLOAT, 2 séances LPG CELLU M6, 2 séances de STENDO «cellulite circulatoire», 1 séance collective de Vinyasa Yoga (1h), ainsi que 1 consultation médicale, 2 consultations diététiques et 2 diagnostics MASAK.

Evasion Thalasso: compris dans le forfait de base 4 nuits/4 jours

4 jours/12 soins - 3 soins par jour, soit 1 gommage corps, 2 massages sous pluie marine (15 min), 2 bains marins reminéralisants, 1 enveloppement d'algues, 1 application de boue marine, 2 jets marin massant, 2 séances de lit hydromas-sant et 1 séance de pulsothérapie cardio-synchronisée STENDO.

Corps & Âme (d'avril à octobre uniquement): supplément CHF 340.-

4 jours/16 soins - Un programme détente incluant 1 gommage corps, 1 massage sous pluie marine (15 min), 8 soins de thalasso (parmi bain marin reminéralisant, lit hydromassant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 séance de pulsothérapie cardio-synchronisée STENDO avec aquajets et luminothérapie adaptés, 1 lit de flottaison DRYFLOAT, 2 séances détente MAQAM (20'), 1 séance de Yoga (50 min) et 1 séance de Pilates (50 min).

Massages du Monde: supplément CHF 400.-

4 jours/16 soins individuels - Un voyage sensoriel incluant 1 gommage corps, 1 massage sous pluie marine (15 min), 1 massage Prestige sous pluie marine (30 min), 10 soins de thalasso (bain marin reminéralisant, lit hydromassant, jet marin massant, enveloppement d'algues, application de boues marines), 1 lit de flottaison Dryfloat avec aquajets et luminothérapie adaptés, 1 massage Océa-nie aux céramiques chaudes (50 min) et 1 massage Océanie aux céramiques chaudes (50 min).

Certificat médical d'aptitude aux soins obligatoire si vous avez des soucis de santé (à présenter à l'arrivée) ou visite médicale à régler sur place 35€ (à réserver à l'avance - uniquement possible le lundi). Signature d'une décharge sur place possible si vous êtes en bonne santé. Visite médicale incluse dans les cures «Thalavie».

Fournis par la thalasso: linges, peignoir et sac thalasso. Sandales obligatoires, offertes dès 6 jours de cure.