

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 Côté Vignes - 23 m ² (rez ou 1 ^{er} étage) Indiv.	Double 2985.- 2830.-	1240.- 1720.-	175.- 300.-	2280.- 3190.-	1380.- 1880.-	195.- 340.-	2690.- 4030.-	1620.- 2380.-	260.- 465.-
Confort Côté Mer - 23 m ² (rez)	Double Indiv.	2340.- 3495.-	1440.- 2100.-	240.- 430.-	2665.- 3995.-	1600.- 2340.-	275.- 495.-	3225.- 5115.-	1920.- 2990.-	340.- 630.-
Confort Vue Océan - 23 m ² (1 ^{er} étage)	Double Indiv.	2375.- 3670.-	1460.- 2140.-	245.- 435.-	2665.- 3995.-	1600.- 2340.-	275.- 495.-	3260.- 5150.-	1940.- 3020.-	345.- 635.-
Premium Côté Vignes - 28 m ² (rez ou 1 ^{er} étage) Indiv.	Double Indiv.	2060.- 2970.-	1280.- 1800.-	200.- 350.-	2350.- 3365.-	1420.- 1980.-	225.- 395.-	2795.- 4240.-	1680.- 2500.-	275.- 495.-
Premium Côté Mer - 28 m ² (rez)	Double Indiv.	3775.- 3670.	1520.- 2260.-	265.- 470.-	2840.- 4310.-	1695.- 2540.-	300.- 545.-	3470.- 5640.-	2060.- 3280.-	375.- 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 Côté 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 adaptées, 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 lit 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 randonnée pédestre «J'agis pour le Terre» (90 min) et 1 sortie extérieure «Pause Terre Océan» pour se relier à la nature (60 min). Également 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 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 adaptées, 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 i3DOME, 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 - Équilibre Energétique & 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 laminaires «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 DE «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 - Équilibre 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'aloe 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 flottaison 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 - Équilibre 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 reminéralisants «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 - Équilibre 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 thermodulation au fucus, 1 enveloppement d'algues à la spiruline, 3 bains marins reminéralisants «lactée au sucre», 2 jets marins, 1 séance d'ostéopathie (50 min), 1 soin Silhouette Océane (50 min), 1 coaching individuel de renforcement 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 hydromassant 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 adaptées, 1 lit de flottaison DRYFLOAT, 2 séances délicate 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 adaptées, 1 massage Océanie 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.