

# Alliance Pornic Thalasso & Spa \*\*\*\* - Pornic

Forfait semaine Prix par personne en francs		du 01.01 au 03.01.26 du 01.02 au 01.08.26 du 23.08 au 26.09.26 du 18.10 au 31.10.26 du 20.12 au 31.12.26			du 04.01 au 31.01.26 du 27.09 au 17.10.26 du 01.11 au 05.12.26 <sup>2)</sup>			du 02.08 au 22.08.26		
		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.	2160.- 2720.-	325.- 405.-	Sur demande	1985.- 2475.-	300.- 370.-	Sur demande	2300.- 2860.-	345.- 425.-	Sur demande
Littoral	Double Indiv.	2335.- 2965.-	350.- 440.-	Sur demande	2195.- 2685.-	330.- 400.-	Sur demande	2440.- 3095.-	365.- 460.-	Sur demande
Océan	Double Indiv.	2580.- 3280.-	385.- 485.-	Sur demande	2370.- 2930.-	355.- 435.-	Sur demande	2720.- 3420.-	405.- 505.-	Sur demande
Premium Océan <sup>1)</sup>	Double Indiv.	2860.- 3630.-	425.- 535.-	Sur demande	2595.- 3245.-	390.- 480.-	Sur demande	2990.- 3770.-	445.- 555.-	Sur demande
Suite Junior	Double Indiv.	3280.- 4120.-	485.- 605.-	Sur demande	2895.- 3595.-	430.- 530.-	Sur demande	3315.- 4190.-	490.- 615.-	Sur demande
Supplément pension complète traditionnelle, détox ou ayurvédique		280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-	280.-	40.-	40.-
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		690.-	-	-	690.-	-	-	690.-	-	-
Supplément par chambre pour choix de l'orientation ou du numéro		50.-	-	-	50.-	-	-	50.-	-	-

## PROMOTION

**Solo**

**Du 17.01 au 24.01, du 07.03 au 14.03, du 17.05 au 25.05, du 07.06 au 15.06, du 05.07 au 12.07, du 13.09 au 21.09, du 27.09 au 05.10 et du 21.11 au 28.11,**  
supplément single offert (appliquer les tarifs en chambre double - dates sujettes à modification en cours d'année)

## 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 de santé
- Un cadeau surprise «Alliance Pornic»
- Transferts aéroport/hôtel et retour offerts certains jours\*

## HEBERGEMENT

<sup>1)</sup>Chambre Premium Océan: chambre avec vue panoramique sur l'Océan et avec avantages supplémentaires (peignoirs et mules à dispo en chambre, suppl. «room-service petit-déjeuner» offert, 2 oreillers ergonomiques à dispo en chambre, 2 produits «routines beauté» format voyage offert et boissons rafraîchissantes dans le minbar à l'arrivée offertes)

Autres catégories de chambres: Suites (prix sur demande)

<sup>2)</sup>Fermerture annuelle: du 06.12 au 19.12.26 inclus

A noter: taxe de séjour à régler sur place

## TRANSPORT ET TRANSFERTS

Avin:

- 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 en milieu de journée par vol easyJet 1301/1302 le samedi de novembre à mars, resp. le dimanche par vol easyJet 1379/1380 d'avril à juin et de septembre à octobre et le dimanche par vol easyJet 1377/1378 en juillet et août, offerts

- avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à 12h25 et 16h25 et/ou un départ de vol à 13h30 et 17h30: CHF 38.- par personne et par trajet

- en taxi, prix indicatif: 90 € (semaine), 130 € (nuit, dimanche et jour férié) par trajet

Gare de Nantes/hôtel/gare:

- avec la navette de l'hôtel pour une arrivée à Nantes à 12h et 16h et/ou un départ de l'hôtel à 11h15 et 15h15: CHF 38.- par personne et par trajet

- en taxi, prix indicatif: 95 € (semaine), 140 € (nuit, dimanche et jour férié) par trajet

Location de voiture: prix sur demande

Parking: parking extérieur de l'hôtel gratuit. Bornes de recharge pour voitures électriques à disposition.

## PROGRAMMES THALASSO

Remise en Forme Détente: compris dans le forfait de base

6 jours/24 soins - 4 soins par jour soit 6 bains hydromassants, 1 application d'argile des Moutiers, 1 enveloppement d'argile authentique, 2 jets pression, 3 douches sous pluie marine, 2 massages de 20 min aux huiles chaudes, 1 séance de pressothérapie ou de stimulation veino-lymphatique, 2 séances de lit hydromassant ou à vibration Andumédic, 6 cours collectifs (stretching en piscine, relaxation créative ou méditative, gym piscine).

Remise en Forme Equilibre: sans supplément

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

Privilège: supplément CHF 300.-

6 jours/24 soins individuels - 4 soins par jour soit 6 massages de 20 min aux huiles chaudes, 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 stimulation veino-lymphatique.

Suprême: supplément CHF 450.-

6 jours/24 soins individuels - 4 soins par jour soit 6 massages de 20 min aux huiles chaudes, 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 stimulation veino-lymphatique.

Harmonie Dos & Rhumato (du lundi au samedi): supplément CHF 450.-

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 séances de Shiatsu dos ou séance de kinésithérapie de 20 min, 3 séances de rééducation du dos en bassin, 2 séances de lit à vibration Andumédic (**orientation dos**) ou 6 massages Shiatsu ou séance de kinésithérapie de 20 min, 3 séances de rééducation en bassin et 2 hydro-massages aquaroll (**orientation rhumato**).

Veil des Sens: supplément CHF 525.-

6 jours/22 soins - 3 à 4 soins individuels par jour, soit 6 bains hydromassants aux huiles essentielles, 2 jets pression, 3 enveloppements au choix (algues, coton, hibiscus, spiruline ou beurre de karité), 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 (à la Bougie, Joya Maya, Californien, Equilibre, Signature Sensoriel ou Côte de Jade), 2 massages aux huiles chaudes (20 min), 1 massage jambes toniques au huiles aux huiles essentielles de menthe poivrée et de romarin camphré ou 1 shiatsu dos (20 min) et 3 séances de cryothérapie ou séances de Détox infrarouge.

Thalasso & Secrets du Monde: supplément CHF 645.-

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 gom-

mage corps, 1 soin visage signature Alliance-Phytomer (50 min), 2 massages exclusifs de 50 min (au choix), 1 réflexologie plantaire chinoise (50 min), 2 massages de 20 min (parmi: kansu, shiatsu dos à huile de sésame, aromatique aux huiles bio ou jambes légères), 2 massages du visage et cuir chevelu (20 min) et 3 enveloppements au choix (algues, coton, hibiscus ou spiruline).

Ojas Ayurveda (du lundi au samedi): supplément CHF 900.-

6 jours/19 soins, 2 consultations & 5 ateliers - 3 soins par jour soit 1 soin visage Dermo Perfecteur (1h20), 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 soins ayurvédiques de 1h20 déterminé selon votre constitution (Abhyanga, Kansu, Navrakizhi, Podikizhi, Nasya, Sirodhara ou Udvarata), 6 ateliers (yoga, méditation ou réveil corporel et introduction sur l'ayurveda) et 2 consultations ayurvédiques. Repas ayurvédiques au restaurant la Terrasse.

Sensation Libre: supplément CHF 900.-

6 jours - cure Thalasso & Spa sur mesure, incluant chaque jour 2 soins individuels d'hydrothérapie aux choix 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).

Immuno-Marine: supplément CHF 645.-

6 jours/31 soins avec comme objectif la reminéralisation et la régénération - au programme: 4 bols d'air Jacquier, 6 enveloppements d'algues rouge ou d'argile authentique, 13 soins individuels d'hydrothérapie, 1 gommage corps à la coquille d'huître sous pluie marine, 2 massages sous affusion, 5 massages aux huiles chaudes (20 min) et 1 soin visage signature Alliance-Phytomer (50 min). Également inclus dans la cure: 1 séance d'Oligoscan, 1 consultation diététique et 1 visite médicale approfondie.

Anti-Age<sup>1)</sup>: supplément CHF 900.-

6 jours/29 soins & 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 Stimulation veino-Lymphatique ou Pressodynamie, 2 massages amincissants (20 min), 1 gommage du corps ou massage aux huiles chaudes (20 min), 1 soin visage lumière coup d'éclat et 1 séance d'Oligoscan. Pour bébé: 1 bain hydromassant avec bébé et 2 séances de massage d'éveil (entre 2 et 6 mois) ou 2 bains hydromassants et 1 séance de bébé nageur (dès 6 mois - 2 injections DT Polio obligatoire pour accès à la piscine). La cure comprend également 3 ateliers thématiques (diététique, santé/sécurité, kinésithérapie hypopressive).

Bien-être du ventre (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>: supplément CHF 645.-

6 jours/27 soins & activités - au programme: 6 soins individuels d'hydrothérapie, 2 enveloppements aux algues, 2 séances de pressodynamie-abdominale, 3 massages «Bien-être du ventre» (20 min), 2 séances LP6 «Bien-être du ventre» (20 min), 1 exclusif de 50 min (au choix), 1 atelier «automassage du ventre», 1 atelier diététique axée microbiote, 1 consultation diététique de 45 min, 1 séance d'Oligoscan, 2 séances de sauna détox infrarouge, 2 séances de gym hypopressive et 1 séance de cardicheck.

Anti-Tabac (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>: supplément CHF 645.-

6 jours/34 soins, séances sportives et ateliers - Détails de la cure sur demande.

1 massage sous affusion (10 min), 1 massage aux huiles chaudes (20 min), 2 séances de relaxation méditative (20 min) et 1 massage jambes toniques (20 min). Également inclus: 1 bilan Immove-Fit, 1 séance d'Oligoscan et 1 séance d'impédancemétrie.

Thalasso & Course à Pied (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>: supplément CHF 525.-

6 jours/23 soins - **Le matin:** jogging journalier du lundi au vendredi, préparation physique en salle et en bassin d'eau de mer, stretching, travail d'appui dans le sable, 1 sortie longue de 1h30, renforcement musculaire et postural en salle. Brunch diététique avec le coach. **Après-midi:** récupération et soins - 3 à 4 soins par jour soit 6 douches à jet, 2 séances de kinésithérapie (20 min), 1 massage des jambes (20 min), 2 hydromassages Aquaroll, 2 séances de cryogé-presso ou de stimulation veino-lymphatique, 3 séances de lit à vibration Andumédic ou hydromassant et 5 séances de cryothérapie. Également inclus: 1 bilan Immove-Fit, 1 séance d'Oligoscan et 1 séance d'impédancemétrie.

Jeun Parent (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>: supplément CHF 450.-

6 jours/29 soins & 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 Stimulation veino-Lymphatique ou Pressodynamie, 2 massages amincissants (20 min), 1 gommage du corps ou massage aux huiles chaudes (20 min), 1 soin visage lumière coup d'éclat et 1 séance d'Oligoscan. Pour bébé: 1 bain hydromassant avec bébé et 2 séances de massage d'éveil (entre 2 et 6 mois) ou 2 bains hydromassants et 1 séance de bébé nageur (dès 6 mois - 2 injections DT Polio obligatoire pour accès à la piscine). La cure comprend également 3 ateliers thématiques (diététique, santé/sécurité, kinésithérapie hypopressive).

Bien-être du ventre (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>: supplément CHF 645.-

6 jours/27 soins & activités - au programme: 6 soins individuels d'hydrothérapie, 2 enveloppements aux algues, 2 séances de pressodynamie-abdominale, 3 massages «Bien-être du ventre» (20 min), 2 séances LP6 «Bien-être du ventre» (20 min), 1 exclusif de 50 min (au choix), 1 atelier «automassage du ventre», 1 atelier diététique axée microbiote, 1 consultation diététique de 45 min, 1 séance d'Oligoscan, 2 séances de sauna détox infrarouge, 2 séances de gym hypopressive et 1 séance de cardicheck.

Anti-Tabac (du lundi au samedi)<sup>1)</sup>: supplément CHF 645.-

6 jours/34 soins, séances sportives et ateliers - Détails de la cure sur demande.

**<sup>1)</sup>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.