

L'eau de mer bienfaitrice

PARCOURS HORIZON LOINTAIN Séance partagée 50 min / 70 €

Toute l'excellence marine en un soin

Dans les eaux chaleureuses du nouveau Parcours marin, fondez-vous dans l'horizon de la Baie de Quiberon, la majestueuse Belle-Île-en-mer en perspective, et vivez pleinement une série d'exercices animés par un hydrothérapeute mettant en exergue les bienfaits fabuleux de l'eau de mer.

SOIN « GLA GLA » Séance partagée 10 min / 15 €

Osez le bain d'eau de mer froide

Séance ludique, et surtout terriblement vertueuse, qui vous aidera à dompter l'eau froide par une respiration appropriée pour bénéficier de : son effet stimulant au niveau de la circulation sanguine, son renforcement des défenses immunitaires et surtout de ses bienfaits psychologiques et euphorisants. Devenez adepte !

BAIN HYDROMASSANT COOL ATTITUDE 20 min / 60 €

Tout l'art de la bullathérapie

Le soin où le mot « buller » prend tout son sens : massage avec des jets d'eau de mer décontractants, patchs pour les yeux défatiguants, musique sur les oreilles. Vous avez même le droit d'avoir les doigts de pieds en éventail.

Un peu de naturel

CONSEIL EN FLEURS DE BACH 50 min / 60 €

Agissez naturellement sur vos émotions

Les Fleurs de Bach sont des élixirs floraux élaborés par le médecin du même nom, qui agissent positivement sur vos émotions. Notre conseillère Fleur de Bach établira avec vous, au cours de cet entretien, une cure personnalisée avec les élixirs adaptés à vos besoins.

Thalassa

SEA & SPA

QUIBERON

ma pause, mon énergie

SPA & BEAUTÉ

Ne pas jeter sur la voie publique.

NOUVEAUTÉ

automne - hiver 2022

THALASSA QUIBERON
Boulevard Louison Bobet
56170 Quiberon

Infos & Réservation
+33 (0)2 97 50 48 29
H0557-TH12@sofritel.com

Un peu de légèreté

MODELAGE « AU BONHEUR DU VENTRE » 50 min / 140 €
Renforcez le QI de votre 2^{ème} cerveau

Le saviez-vous ? Le ventre est le reflet de notre état psychique. En massant les zones réflexes abdominales, les points de tension à l'origine de nombreux troubles, seront dissous et les énergies réharmonisées.

DRAINAGE LYMPHATIQUE « AU PARADIS DE LA LÉGÈRETÉ »
Plus de douceur pour plus de légèreté 50 min / 140 €

Ressentez tous les bénéfices de cette technique manuelle douce permettant d'éliminer les toxines et renforcer les défenses immunitaires, terriblement d'actualité. Imparable pour les problèmes de jambes lourdes, de rétention d'eau et de cellulite.

Sport : effort ou réconfort

FORFAIT « GRAINE DE CHAMPION »
1/2 journée - 2 activités - 120 €

Autorisez-vous une prise en charge de champion : après une séance intense et exutoire de Boxe Training, recevez un massage de récupération réalisé par un kinésithérapeute comme un sportif de haut niveau.

FORFAIT « DES BULLES & DU SPORT »
1/2 journée - 2 activités - 90 €

Une activité physique coachée au choix : la technicité du Pilates ou le cardio du Boxe Training, suivie d'un bain d'eau de mer hydromassant pour une vraie récupération favorisée par les bienfaits de l'eau de mer.

Autour de la sophrologie

SOPHRO MASSAGE 50 min / 120 €
Tout dans la tête

Soin inédit conjuguant avec subtilité et harmonie l'expérience sophrologique au massage de la tête et du visage, inspiré directement du massage ayurvédique « Shirochampi ».

SOPHRO BALADE Séance partagée 50 min / 30 €
Prenez conscience de la beauté apaisante de la nature

Marche ludique, sensitive et sensorielle dans le cadre idyllique et préservé de la Baie de Quiberon, pour retrouver calme et sérénité au contact de l'environnement marin.

DÉCOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE
Et si vous appreniez à vous écouter
Séance partagée 50 min / 30 €

Ouvrez-vous à la Sophrologie et revenez à l'écoute de vos perceptions, de vos ressentis. Soyez plus proche de vos besoins et découvrez comment installer la détente dans votre corps... et votre esprit.

ENVELOPPEMENT RESSOURÇANT 20 min / 90 €
Plus complet, ça n'existe pas

Enveloppement reminéralisant aux algues avec la pose d'un masque bio-cellulose sur le visage, séance audio de sophrologie. La thalassothérapie, la beauté et la relaxation concentrées en un seul soin. Juste la quintessence du soin bien-être.

Pour vous Messieurs

PRESTATIONS BARBIER

RASAGE CLASSIQUE - 60 min / 70 €

TAILLE DE BARBE CONTOURS RASOIR - 45 min / 45 €

TAILLE DE BARBE CONTOURS TONDEUSE - 30 min / 20 €

