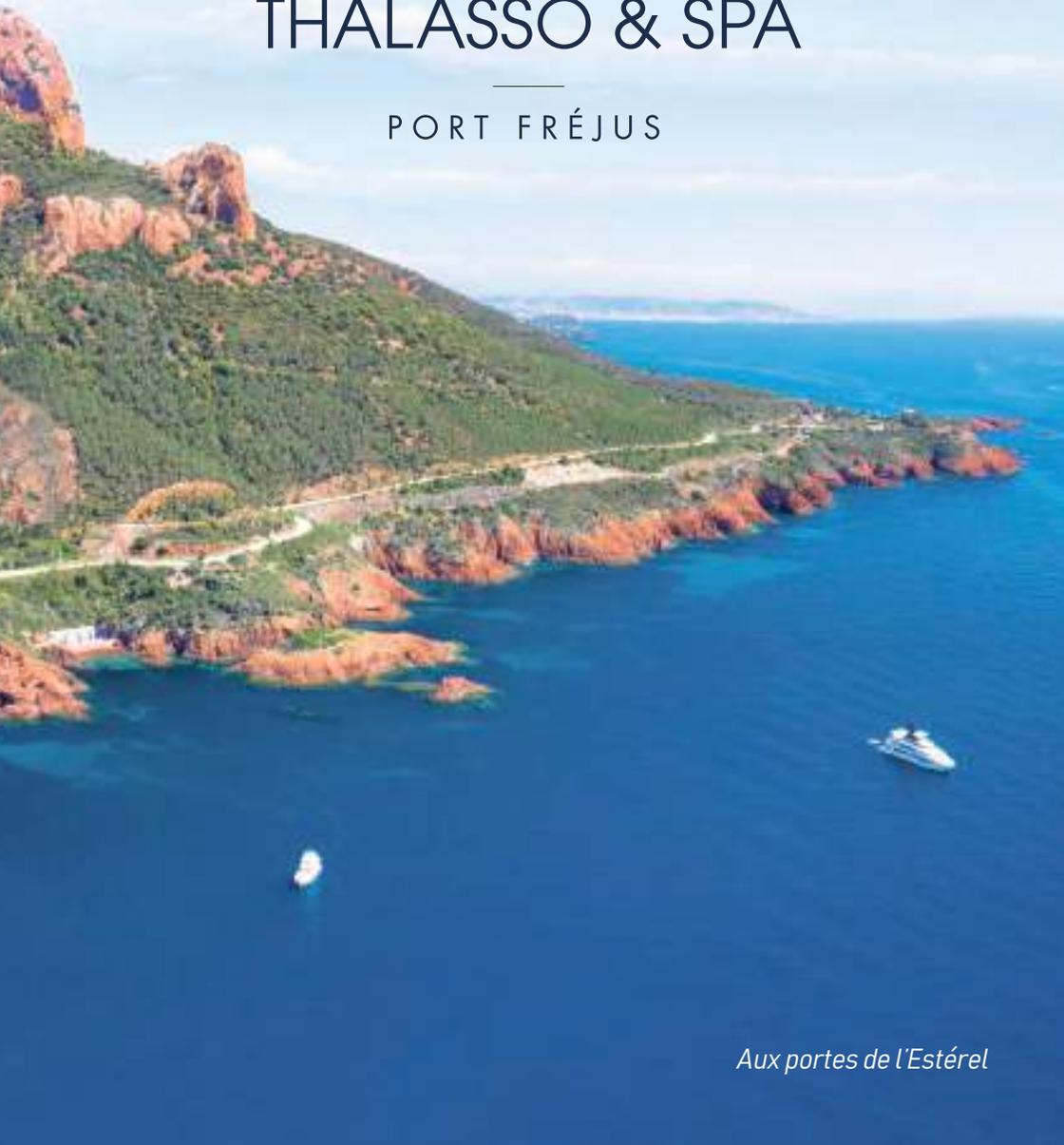


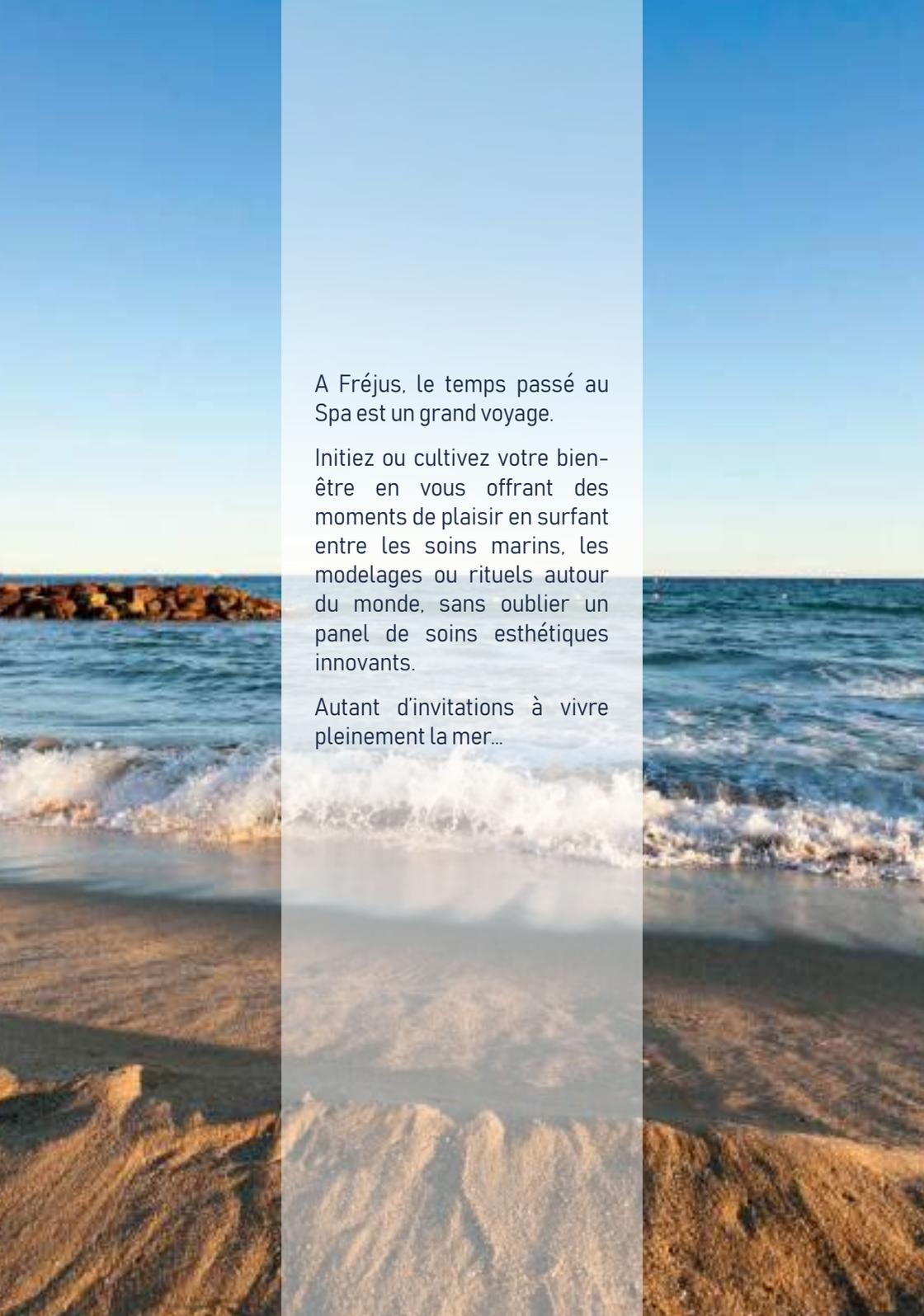


THALASSO & SPA

PORT FRÉJUS



Aux portes de l'Estérel



A Fréjus, le temps passé au Spa est un grand voyage.

Initiez ou cultivez votre bien-être en vous offrant des moments de plaisir en surfant entre les soins marins, les modelages ou rituels autour du monde, sans oublier un panel de soins esthétiques innovants.

Autant d'invitations à vivre pleinement la mer...



5 LES SOINS VISAGES

- 5 > Par Thalgo
- 9 > Par Cryoskin
- 11 > Par Ella Baché

15 LES SOINS CORPS

- 15 > Bar à gommages et enveloppements
- 16 > Les enveloppements
 - Bien-être du dos
 - Les mains et les pieds
- 17 > La minceur
- 19 > Les massages
- 23 > Les rituels
- 24 > La récupération
- 25 > La sérénité
 - L'énergie
- 26 > Les soins marins
- 27 > Les soins bien-être
- 28 > Les promenades marines

29 FUTURE & JEUNE MAMAN

30 LES SOINS AU MASCULIN

31 LE SPORT

LES ABONNEMENTS

32 LES PAUSES MARINES

34 LE COIN COCOONING EN DUO

37 L'ETABLISSEMENT

41 LES SEJOURS THALASSO

45 LES ESCALES THALASSO

46 NOS MARQUES BEAUTE

48 LES BONS CADEAUX

50 INFOS PRATIQUES



LES
SOINS
VISAGES

Thalgo
Cryoskin
Ella Baché

LES SOINS VISAGES

Par Thalgo



SOINS DECOUVERTE

▪ SOIN FONDAMENTAL LUMIERE

Un soin coup d'éclat sur mesure pour illuminer et embellir le teint.
Son secret : un bon nettoyage, suivi d'une pose d'un masque et d'une crème.

25 min > 55€

SOINS PREVENTIFS ANTI-AGE

▪ SOIN FONDAMENTAL DE LA MER

Un soin sur-mesure, pour répondre aux besoins spécifiques de chaque nature de peau.

Déclinable en 4 Rituels

Ce soin en profondeur vous apporte un confort immédiat et durable.

- Hydratation
- Peaux Sensibles
- Peaux Sèches
- Pureté

60 min > 94€



▪ **SOIN LISSANT DETOXIFIANT SPIRULINE BOOST**

Soin détoxifiant enrichi en spiruline et boosté en magnésium pour défatiguer les traits, retrouver un teint frais et lisser les premières rides.

60 min > 94€

▪ **SOIN THALGOSKIN EXPERT**

Redécouvrez votre peau ! Une peau saine et éclatante par micro-dermabrasion.

Basé sur une exfoliation profonde, il réamorce le processus de régénération cellulaire et vous laisse un grain de peau affiné, les pores resserrés, une peau totalement métamorphosée.

Séance d'exfoliation intense suivie d'une séance de lumineothérapie.

Le sérum et le masque réamorcent le processus de régénération cellulaire.

60 min > 89€

Forfait 5 à 10 séances de 60 minutes

• 5 séances > 400€ • 10 séances > 770€

Valable 6 mois sans report possible





SOINS EXPERTS ANTI AGE

• **PRODIGE DES OCEANS**

Soin prestige anti-âge, concentré de 63 principes actifs marins, agit comme une Oxygénation repulpante, associé à un massage spécifique, inspiré du Kobido, il lisse visiblement les rides et redonne fermeté et élasticité à la peau.

90 min > 139€

• **SOIN EXCEPTION REDENSIFIANT**

1^{er} soin lifting marin, qui redessine l'ovale du visage, redensifie la peau et comble les rides.

Associé à un massage exclusif Energilift, c'est Le soin premium Anti-âge par excellence.

90 min > 139€

• **SOIN SILICIUM LIFT**

Ce soin Star excelle sur la correction de perte de fermeté et sur le lissage des rides marquées, redonne luminosité et éclat au teint.

75 min > 105€

• **SOIN COMBLEUR HYALURONIQUE**

Solution antirides gorgée d'acide hyaluronique, ce soin comble et corrige les rides installées, Le teint est éclatant de jeunesse.

60 min > 94€

SOINS I BEAUTY

I BEAUTY avec **vos soins visage** : pour **des résultats décuplés**.

Soin technologique alliant sono vibration, ultrasons et radiofréquence tripolaire. Il répond efficacement aux besoins de votre peau : jeunesse, hydratation ou pureté. Vous pouvez également compléter vos soins manuels avec cette technologie.

Véritable concentré d'efficacité technologique et marine, ce soin instrumental s'adapte à votre peau.

▪ SOIN RENOVATEUR PURETE

Purifie, désincruste, équilibre.

30 min > 60€

▪ SOIN CORRECTEUR

HYDRATATION

Hydrate, ressource profondément.

45 min > 75€

▪ SOIN ACTIVATEUR JEUNESSE

Lifte, raffermi, remodèle.

45 min > 75€

▪ SOIN REDUCTEUR DE RIDES

45 min > 75€

OPTION : MODELAGE VISAGE

Pour précéder votre soin visage à la carte

15 min > 20€



Par Cryoskin



CRYOSKIN VISAGE

Votre Séance cryoskin, complétée par un soin du visage.

Techniques innovantes d'un traitement cryogénique localisé par brume de froid à -185° . Cette technique répondra à votre besoin qu'il soit anti-rides pour un visage raffermi et remodelé, pour un effet détox, pour un objectif zéro peau d'orange ou tout simplement pour une détente globale.

50 min > 118€

Forfait 5 séances de 25 minutes > 340€

Valable 6 mois sans report possible



Par Ella Baché



Ella Baché élabore ses soins à partir d'extraits actifs issus d'aliments premium.

Les soins cosmétiques assurent une nutrition cellulaire et cutanée ciblée.

La peau développe ainsi tout son potentiel de beauté en profondeur, pour une peau belle au naturel, sans artifices.

▪ SOIN DECOUVERTE

Une prise en charge de votre peau comprenant les étapes essentielles d'un soin du visage. Nettoyage-exfoliant profond et doux suivi d'un modelage masque relaxant, le tout personnalisé et adapté à votre type de peau.

25 min > 55€

▪ SOIN GRANDE BEAUTE

Une réponse adaptée à votre type de peau (hydratation, peaux sensibles, peaux sèches et peaux mixtes à grasses) grâce à un dosage et un apport ciblé en nutriments.

Votre visage révèle tout son potentiel.

- **Hydratation** > Hydratant, revitalisant et repulpant
- **Peaux Sensibles** > Cocoon lacté, multi apaisant et minimiseur de rougeur
- **Peaux Sèches** > Nourrissant et réconfortant
- **Mixte à grasse** > Peau purifiée et diminution des imperfections

60 min > 99€

▪ ELLA PERFECT - ECLAT ANTI-POLLUTION

Apporte éclat et vitalité à la peau. Modelage du visage signature Ella Baché associé au sérum Magistral approprié. Gommage et modelage des mains pour une prise en charge globale. La peau est dépolluée, les signes de fatigue sont estompés, le grain de peau est visiblement lissé.

60 min > 99€

▪ MORPHO STRUCTURE ANTI-AGE

Séance de yoga du visage qui, par des postures, vous permet de faire un « zapping émotionnel » qui libérera les émotions et les tensions. L'objectif est d'apporter un profond bien-être physique car ces postures permettent de rompre les carapaces musculaires qui provoquent les tensions et favorisent les rides. Puis, votre visage est pris en charge, avec un peeling magistral effet « peau neuve » associé à un masque lissant à l'extrait de caviar pour une peau lisse, un grain de peau affiné et un teint clarifié. Modelage dynamique des muscles pour redessiner les contours, sculpter les volumes et rehausser les traits. Le soin anti-âge par excellence !!!

75 min > 120€

• DIAGNOSTIC DE PEAU

SKINTEX X DIAG de Ella Baché

Chaque peau est unique et exprime des besoins nutritionnels évolutifs.

C'est pourquoi le diagnostic doit précéder toute prescription de soin.

25 min > 25€



VOTRE DIAGNOSTIQUE CONNECTE ULTRA -PERSONNALISE

Découvrez pour la 1^{ère} fois l'état réel de votre peau, présent et à venir.

Votre experte peau peut ainsi déterminer votre solution BEAUTE NUTRIDERMOLOGIE ultra personnalisée, pour des résultats visibles et rapides.



LES
SOINS
CORPS

LES

SOINS CORPS



| BAR A GOMMAGES

Par Thalgo

▪ GOMMAGE MEDITERRANEEN

Sel marin, cassonade et huiles essentielles de méditerranée parcourent le corps, pour faire peau neuve.

20 min > 55€

▪ GOMMAGE POLYNESIA

Sable de Bora –Bora, Sel marin, Coques de Coco, huile Vanille de Tahiti, pour exfolier le corps en douceur, sublimer et parfumer délicatement la peau.

20 min > 55€

▪ GOMMAGE AU SABLE ROSE

Des grains de Sable rose associés aux cristaux de Quartz blanc pour une peau lisse, douce et éclatante.

20 min > 55€

▪ GOMMAGE AUX FLOCONS DE SEL

Un trio de sels exfoliants travaillé en frictions vivifiantes, pour rénover chaque centimètre de peau.

20 min > 55€



LES ENVELOPPEMENTS

- **NACRE ET HIBISCUS**

ou

- **MIEL ET KARITE**

Un cocon de douceur enveloppe et hydrate votre peau.

20 min > 49€

Soin accessible aux femmes enceintes sur certificat



LE BIEN-ETRE DU DOS

- **RETROUVEZ UN DOS « HEUREUX »**

Gommage, modelage spécifique, enveloppement chaud, le bonheur des dos sous tension.

50 min > 89€

LES MAINS ET LES PIEDS

- **BEAUTE DES PIEDS ET DES MAINS**

Mise en beauté des mains et pieds : gommage - limage - modelage - pose d'une base vitaminée.

75 min > 89€

- **BEAUTE DES PIEDS**

Mise en beauté des ongles de pieds : gommage - limage - repousse cuticules - pose d'une base vitaminée.

50 min > 79€

- **BEAUTE DES MAINS**

Mise en beauté des ongles des mains : gommage - limage - repousse cuticules - pose d'une base vitaminée.

50 min > 79€



LA MINCEUR

Par Thalgo

• I PULSE

Un soin haute performance, perte centimétrique, peau d'orange lissée, rondeurs estompées et corps affinés. Réduit la cellulite et redessine la silhouette.

Méthode EXCLUSIVE THALGO, 5 technologies en 1 traitement, utilisant simultanément une sélection de micro-courants et d'ultrasons indolores.

Un soin minceur haute performance dès la première séance.

40 à 50 min > 75€

Forfait 5 à 10 séances de 40 à 50 minutes

• 5 séances > 340€ • 10 séances > 650€

Valable 6 mois sans report possible

• BODY SCULPT

La technologie brevetée Body Palp (méthode instrumentale exclusive de palper-rouler). **Soin silhouette.**

Soin minceur par excellence, le Body Palp associé au peeling ultra exfoliant et enveloppements chaud/froid pour remodeler votre silhouette, lisser les capitons, et raffermir votre peau.

Ce soin personnalisé cible 3 zones au choix parmi : ventre et taille, genoux et cuisses, culotte de cheval et fesses, dos, bras, mollets et chevilles.

45 min > 84€

Forfait 5 à 10 séances de 40 à 50 min

• 5 séances > 380€

• 10 séances > 730€

Valable 6 mois sans report possible





Par LPG

▪ CELLU M6

Destocker, sculpter, remodeler, effacer les surcharges et les imperfections localisées.

45min > 75€ ^{ou}
Forfait 5 séances de 45 minutes
> 350€

Valable 6 mois sans report possible

Par Cryoskin

▪ CRYOSKIN CORPS

Votre Séance cryoskin, complétée par un soin corps.

Techniques innovantes d'un traitement cryogénique localisé par brume de froid à -185° . Cette technique répondra à votre besoin, qu'il soit anti-rides pour un visage raffermi et remodelé, pour un effet détox, pour un objectif zéro peau d'orange ou tout simplement pour une détente globale.

50 min > 118€
Forfait 5 séances de 25 minutes
> 340€

Valable 6 mois sans report possible

LES MASSAGES

Tous nos massages peuvent être pratiqués en Duo

[DUO]

Uniquement sur réservation et selon disponibilité



▪ MASSAGE CALIFORNIEN

Un ballet de gestes doux et enveloppants qui procure un intense sentiment de plénitude.

25 min > 55€ ou 50 min > 84€

▪ MASSAGE VISAGE ET CUIR CHEVELU

Massage apaisant (d'une profonde détente) du visage, cou, nuque et cuir chevelu.

25 min > 55€

▪ MASSAGE PROVENÇAL

Ce massage complet du corps principalement ciblé au niveau du dos soulage les tensions.

25 min > 59€ ou 50 min > 94€

▪ MASSAGE INDIEN

Profondément revitalisant et bienfaisant, un voyage au cœur de la tradition indienne.

25 min > 59€ ou 50 min > 94€



- **MASSAGE FACIAL ANCESTRAL JAPONAIS**

Modelage du visage pour les visages en manque de fermeté et d'élasticité.

50 min > 94€

- **RELAXATION PLANTAIRE**

Un massage des pieds, chevilles et mollets pour une détente corps et esprit.

50 min > 94€

- **MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES**

Le ballet des pierres de basalte chaudes et des mains apaise et réunit corps et esprit.

50 min > 94€

• **MASSAGE POLYNESIEN
LOMI LOMI**

Un toucher profond, lent, intense rappelant le mouvement des vagues sur le corps

50 min > 94€

• **MASSAGE SUEDOIS DEEP TISSU**

Ce massage profond des muscles permet de soulager et libérer les tensions. Idéal pour se préparer à l'effort ou à l'inverse pour aider à la récupération.

50 min > 94€

• **MASSAGE TUNISIEN**

Un savoir-faire ancestral pour tonifier et éliminer les toxines.

50 min > 94€

• **MASSAGE AUX BAMBOUS**

Des bâtons de bambou maniés avec maîtrise pour drainer et déloger les tensions.

50 min > 94€

• **MASSAGE DRAINANT**

Une gestuelle douce, précise et mesurée pour effet détox et jambes légères.

50 min > 94€

• **MASSAGE BALINAIS**

Métissage d'étirements et de lissages pour une relaxation profonde du corps et de l'esprit.

50 min > 94€

• **MASSAGE BRESILIEN
AFRICAIN**

Massage énergisant, s'inspirant des bienfaits de la lithothérapie et des techniques ancestrales africaines pour stimuler et vivifier le corps.

50 min > 94€







LES RITUELS

Composés d'un gommage, d'un enveloppement et d'un modelage, ces rituels à trois temps sont inspirés des gestes et des parfums de pays lointains où le massage est un art de vivre et une tradition ancestrale.

• LE RITUEL VISAGE ET CORPS PRESTIGE

Association du soin visage prodige des océans et Massage du corps, rituel d'exception pour une relaxation profonde.

120 min > 180€

• RITUEL ILE PACIFIQUE

Evasion sensorielle sur les îles paradisiaques du Pacifique, pour une sensation de détente absolue. Gommage, enveloppement et modelage lomi-lomi.

75 min > 135€

• RITUEL INDONESIEN

Un moment de sérénité pour harmoniser corps et esprit. Gommage, enveloppement massage indien. La plénitude au bout des doigts.

75 min > 135€

• RITUEL MERVEILLE ARCTIQUE

Expérience exaltante née de la rencontre du chaud et du froid pour une profonde relaxation. Gommage, enveloppement, modelage suédois Deep-tissu.

75 min > 135€

• RITUEL JOYAUX D'ATLANTIQUE

Retrouver votre énergie grâce aux pouvoirs des pierres marines : gommage, enveloppement et modelage brésilien africain.

75 min > 135€

LA RECUPERATION



▪ OSTEOPATHIE AQUATIQUE

Le travail en apesanteur dans un bassin d'eau de mer chauffée et en trois dimensions permet de cibler le diagnostic et d'agir sur les douleurs chroniques, les tensions et la fatigue.

60 min > 120€

▪ MICRO SIESTE

Le temps d'une pause, un instant à soi, accordez-vous ce moment de lâcher prise.

25 min > 26€



Soin accessible aux femmes enceintes sur certificat

LA SERENITE

▪ RELAXATION AQUATIQUE

Cette technique permet d'atteindre un état de relaxation profonde qui apaise les émotions, les tensions et la fatigue.

50 min > 70€

▪ SOPHROLOGIE

Plus qu'une méthode de relaxation : un art de mieux vivre le quotidien.

50 min > 69€

▪ WELLNESS PLAIN'AIR

Confortablement allongé sur un coussin d'air ergonomique, vous apprécierez ces doux étirements et pressions procurant une intense sensation de légèreté.

25 min > 55€

▪ DO IN

Découvrez l'auto massage : techniques de digito pression pour un rééquilibrage énergétique.

25 min > 26€

A partir de deux personnes

L'ENERGIE

▪ CHI BALL

Un combiné d'exercices doux fondés sur la philosophie chinoise visant mieux-être et vitalité.

25 min > 26€

A partir de deux personnes

| LES SOINS MARINS

Chauffée entre 34 et 36°, l'eau de mer favorise le phénomène d'osmose permettant aux oligo-éléments et sels minéraux de pénétrer dans l'organisme et de le régénérer. Scientifiquement prouvés, les effets sont ressentis pendant et après votre visite.



• LES ENVELOPPEMENTS MARINS

Les algues laminaires reminéralisantes ou la boue marine décontractante. Un cocktail de vitamines et d'oligo éléments.

20 min > 49€

• BAIN DE MER HYDROMASSANT

Des vagues de bien être vous enveloppent et vous relaxent.

16 min > 39€

• DETENTE SOUS PLUIE MARINE

De délicieux embruns marins balaient votre corps.

15 min > 39€

• FRIGITHALGO

Un enveloppement-soin de cryothérapie, camphre et menthol qui traite les sensations d'inconfort et de fatigue dans les jambes.

30 min > 49€

| LES SOINS BIEN-ETRE



• HYDROJET WELL SYSTEM SPA

Matelas sensoriel hydromassant avec luminothérapie - collagène thérapie - musicothérapie - aromathérapie. Un véritable cocon de bien-être.

15 min > 39€

• PRESSOTHERAPIE

Bottes pour jambes légères : la pressothérapie est une méthode de drainage permettant une meilleure circulation des flux.

20 min > 39€

• BAIN RELAXANT EN DUO [DUO]

Un moment tout en douceur à deux.

20 min > 79€



LES PROMENADES MARINES

▪ BALADE A DEUX MAINS SOUS PLUIE MARINE

Le velours du geste, la douce chaleur de l'eau de mer et VOUS.

15 min > 59€

▪ GOMMAGE AU LOOFAH SOUS PLUIE MARINE

Gommage du corps à l'éponge végétale de loofah pour retrouver une peau douce et soyeuse.

LE + l'éponge vous est offerte à la fin du soin.

15 min > 49€

▪ GOMMAGE ET MODELAGE SOUS PLUIE MARINE

Détente et bien-être, l'instant marin par excellence.

50 min > 94€

▪ DRAINAGE MARIN

Immergé dans un bain de mer à température idéale, votre corps est massé avec un jet marin par une thérapeute. Déclinable en version silhouette.

20 min > 55€

▪ VAGUES MARINES

Déferlante marine, technique de massage pratiquée dans une posture de relâchement totale à l'aide d'un jet d'eau de mer dirigé par une thérapeute.

10 min > 39€

▪ DOUCHE A JET

Massage du corps avec un jet tonique et vivifiant, pour détente et récupération musculaire. Déclinable en version silhouette.

10 min > 39€

▪ JETS SOUS-MARIN

Plongé dans un bassin d'eau de mer chauffée, réalisez des exercices énergisants, sculptants ou relaxants contre le courant d'un jet.

25 min > 31€



FUTURE ET _____ JEUNE MAMAN



• HYDROJET WELL SYSTEM SPA

Matelas sensoriel hydromassant, une technique de massage UNIQUE adaptée aux femmes pendant et après leur grossesse avec luminothérapie-musicothérapie-aromathérapie. Un véritable cocon de bien-être.

15 min > 39€

FUTURE MAMAN

• MODELAGE

Enfin un modelage pensé pour les femmes enceintes.

25 min > 59€

• OSTÉOPATHIE AQUATIQUE PRE NATALE

Soulager les différents maux que peut rencontrer la future maman durant la grossesse.

60 min > 120€

• INSTANT PRÉCIEUX MAMAN

Future maman : un instant juste pour vous avec un gommage, un enveloppement et un modelage.

75 min > 129€



MAMAN ET BEBE

• BAIN DE MER MICROBULLES*

Laissez-vous masser par les bulles d'air avec bébé qui retrouvera son élément premier. Bébé apaisé, maman relaxée. Un joli moment tout en complicité.

15 min > 39€

Le papa est le bienvenue

• MASSAGE SHANTALA POUR BEBE*

Apprenez à masser votre bébé. Cet art traditionnel du massage des bébés est originaire du sud de l'Inde. L'objectif premier de ce massage est de prolonger le sentiment de confort ressenti par bébé dans le ventre de sa mère.

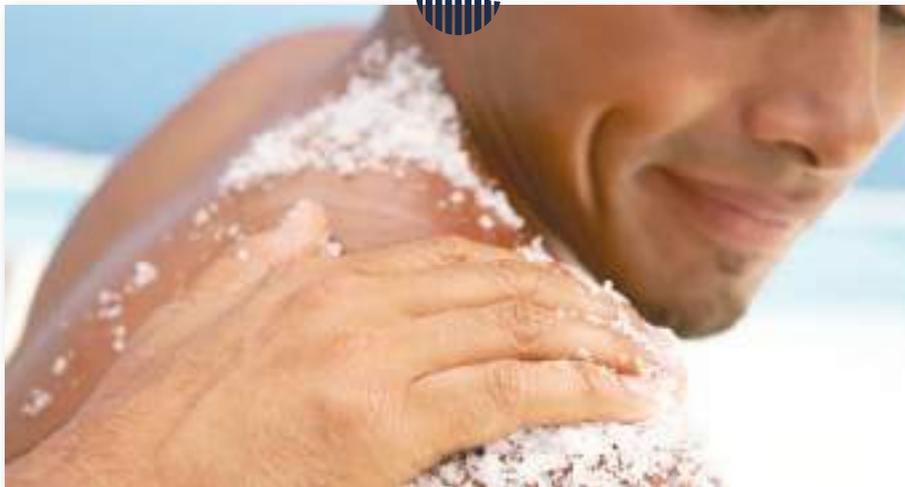
25 min > 55€



Soin accessible aux femmes enceintes sur certificat

*Pour les bébés entre 3 et 9 mois, 1^{ère} injection DT Polio obligatoire

LES SOINS _____ AU MASCULIN



▪ RITUEL MERVEILLE ARCTIQUE

Expérience exaltante née de la rencontre du chaud et du froid pour une profonde relaxation. Gommage, enveloppement, modelage suédois, deep tissu.

75 min > 135€

▪ SOIN OCEAN THALGOMEN

Objectif hydratation, nutrition, anti irritation ou pureté, ce soin apporte une solution sur mesure aux peaux masculines, et traite tous les besoins des hommes.

60 min > 94€

▪ SOIN EXPRESS ANTI FATIGUE THALGO MEN

En 25 min chrono pour réveiller et dynamiser le teint fatigué. Nettoyage complet de la peau, gommage, digito pression et masque anti-fatigue se succèdent pour révéler une peau plus claire, plus nette.

30 min > 59€

▪ MODELAGE SUEDOIS DEEP TISSU SPORTIF

Ce modelage profond des muscles permet de soulager et libérer les tensions. Idéal pour se préparer à l'effort ou à l'inverse pour aider à la récupération.

50 min > 94€

LE SPORT



ACTIVITÉS COLLECTIVES EN BASSIN

▪ AQUATONIC

Cours d'aquagym tonique coaché par un prof de sport.

25 min > 33€

▪ AQUAZEN

Cours d'aquagym relaxant coaché par un prof de sport.

25 min > 33€



▪ AQUABIKING

Encore mieux que l'aquagym pour affiner les jambes, raffermir les cuisses entre autres...

25 min > 33€

AQUABIKE EN TOUTE LIBERTE

Louez votre aquabike pendant 25 min et faites librement votre séance.

25 min > 33€

LES

ABONNEMENTS

PASS'SPORT > 299€

10 séances collectives de 25 min coachées en bassin d'eau de mer (aquabike, aquazen, aquatonic automassage marin). La 11^{ème} offerte. Accès libre à la piscine, hammam, sauna, espace détente et tisanerie.

AQUA PASS > 155€

Pour un effet durable. 10 séances d'aquagym collectives de 45 min le soir.

ENTREE BIEN ETRE > 49€

Accès à la piscine d'eau de mer, hammam, sauna, espace fitness et espace détente à la demi-journée.

LES PAUSES MARINES



| FORFAITS DEMI-JOURNEE

... quelques heures pour faire une pause, ressentir les bienfaits des soins marins ou tout simplement prendre soin de soi, vous trouverez certainement la pause qui vous colle à la peau !

Elles se déroulent en ½ journée et donnent un accès libre aux espaces détente, piscine, hammam.

▪ MES ENVIES D'IDEALE SENSATION

Un soin du visage « fondamental de la mer » de 50 min et un massage californien de 50 min.

> 149€

▪ MES ENVIES DE MODELAGE ET MER

Un bain de mer hydromassant de 16 min et un massage indien de 50 min.

> 97€

▪ MES ENVIES DE DETENTE EN MEDITERRANEE

2 soins à choisir parmi les enveloppements marins, le bain hydromassant, détente sous pluie marine, hydrojet, pressothérapie, vagues marine et douche à jet.

> 69€

▪ BREAK A PORT FREJUS

Un massage californien de 25 min, un bain de mer hydromassant de 16 min et une activité collective coachée en bassin de 25 min.

> 89€

▪ MES ENVIES DE PAUSE THALASSO

2 soins marins à choisir parmi les enveloppements, le bain hydromassant, la détente sous pluie marine, l'hydrojet, la pressothérapie, la douche à jet + le massage californien de 25 min ainsi qu'une activité coaché en bassin de 25 min.

> 109€

▪ MES ENVIES DE DETENTE

Un gommage de 25 min, un massage indien de 50 min, un massage du visage et du cuir chevelu de 25 min et un bain de mer hydromassant de 16 min.

> 169€

▪ MES ENVIES DE PROMENADE EN MEDITERANEE

3 soins à choisir parmi les enveloppements marin, le bain hydromassant, la détente sous pluie marine, l'hydrojet, la pressothérapie, la douche à jet ainsi qu'une sortie en mer avec le voilier LA BRIGANTE (d'Avril à Septembre).

> 139€

▪ ENTERREMENT DE VIE DE JEUNE FILLE

Une séance d'aquatic, un atelier d'auto massage do in, un cocktail de fruits frais ou un thé à la menthe, un produit de notre marque THALGO offert pour la future mariée ainsi que l'accès à notre espace détente, piscine, hammam, sauna, douche sensorielle, fontaine à neige... (possibilité de restauration).

> 39€

▪ MA BEAUTE PAR ELLA BACHE

Un diagnostic de peau avec le Skintex suivi du soin Ella Baché Morpho structure anti-âge 75 min terminé par un modelage Provençal 50min.

> 210€

| FORFAITS JOURNEE

MES ENVIES DE JOURNEE BIEN-ETRE > 139€

3 soins à choisir parmi les enveloppements marins, le bain hydromassant, la détente sous pluie marine, l'hydrojet, la pressothérapie, la vague marine, la douche à jet + un modelage californien de 25 min + 1 déjeuner au restaurant (entrée, plat, dessert, café et eau).

LE COIN

COCOONING EN DUO



Uniquement sur réservation et
sous réserve de disponibilité

[Partagez un moment de vraie complicité découverte mère-fille]

| MERE-FILLE

(à partir de 14 ans) de 50 à 75 min (déclinable au masculin ou mixte).

FILLE

- 1 soin du visage fondamental lumière « Thalgo » 25 min
ou
1 bain relaxant en duo
- 1 soin visage fondamental de la Mer « Thalgo » 50 min

75 min > 220€ (tarif pour les deux personnes)

MAMAN

- 1 gommage corps 25 min
ou
1 bain relaxant en duo
- 1 soin visage fondamental de la Mer « Thalgo » 50 min

FILLE

- 1 soin du visage fondamental lumière « Thalgo » 25 min
- **1 bain relaxant en duo**

50 min > 159€ (tarif pour les deux personnes)

MAMAN

- 1 soin du visage fondamental lumière « Thalgo » 25 min
- **1 bain relaxant en duo**

| DU COTE DES AMOUREUX [DUO]



Gommage : 20 min

ou 1 bain relaxant en duo

+ massage 25 min

50 min > 210€ (tarif pour les deux personnes)

Gommage : 15 min / **1 bain relaxant en duo**

+ massage 50 min

75 min > 335€ (tarif pour les deux personnes)





THALASSO & SPA

PORT FRÉJUS

M
Mercure
HOTELS



L'EXPERIENCE

Sur les quais ensoleillés de Port-Fréjus, un accueil chaleureux et des espaces lumineux vous attendent.

Le jardin vous guide jusqu'à la plage de sable fin.

L'été, vous accédez à la piscine extérieure de la résidence Cap-Hermés.

Et nous, à chaque instant, nous vous entourons de douceur et d'attentions.



LES CHAMBRES

Ici, toutes les saisons sont belles, toutes les chambres ont une loggia.

Accès direct à la Thalasso,
@wifi offert.

Pour les tout-petits, équipements en chambre sur demande.



LE RESTAURANT

Dix mois sur douze, on s'y prélasse en terrasse, du petit-déjeuner au dîner, dans un jardin méditerranéen.

L'Ensouleïa vous invite à la table colorée des saisons de la Méditerranée.

Côté cave, la carte fait la part belle aux Côtes de Provence entre autres.



LA THALASSO & LE SPA

Lumières et musiques douces, infusions parfumées, ici, tout vous invite à la sérénité. Chaque rituel est un voyage sensoriel.

Buller près de notre parcours marin chauffé. Dans notre espace sensoriel avec hammam, sauna, douche expérience ou encore douche à neige.

Bouger dans notre espace fitness. Chi-ball, aquabiking... Sport pour toutes les envies, tous les âges et toutes les énergies.

Lâcher prise autour d'une séance de sophrologie, initiation au Do-In, ostéopathie aquatique.

La Mer pour vous régénérer au contact d'un élément essentiel. Laissez vos sens s'éveiller aux bienfaits de l'eau chauffée : drainants, apaisants, décontractants...

Appréciez les vertus de l'environnement marin sous toutes ses formes : produits frais, séances de sport sur la plage, soins d'eau de Mer...

Venez prendre un grand bol d'air iodé, faites le plein d'oligo-éléments et d'ions et repartez entièrement ressourcé.

A man and a woman are walking barefoot on a sandy beach. They are holding hands and smiling. The man is wearing a white short-sleeved shirt and dark blue jeans. The woman is wearing a light-colored sweater and dark blue jeans. They are walking towards the right. The background shows the ocean and a clear sky.

La piscine intérieure et les espaces détente sont en accès libre 7j/7 (selon les horaires affichés à l'institut). Certaines activités sont en supplément. Découvrez notre programme complet d'activités.

LES

SEJOURS THALASSO



FORME & BIEN-ETRE

A partir de 4 jours en demi-pension.

16 soins > à partir de 780€

- 1 gommage corporel
- 2 enveloppements reminéralisants aux algues
- 2 bains de Mer hydromassants
- 2 Hydrojets éveil des sens
- 1 douche à jet
- 1 détente sous pluie
- 1 drainage marin
- 1 modelage sous pluie
- 4 activités coachées en bassin (tonique ou zen)
- 1 modelage 25 min (tonique ou zen)

MAMAN & BEBE

A partir de 4 jours en demi-pension.

16 soins > à partir de 940€

- 1 gommage corporel
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues
- 1 enveloppement reminéralisant hydratant
- 1 soin du visage Thalgo 25min
- 1 bain de Mer hydromassant
- 1 hydrojet éveil des sens
- 1 drainage marin
- 1 activité coachée en bassin (tonique ou zen)
- 1 douche à jet
- 1 modelage 25 min pluie marine
- 1 modelage 25 min du cuir chevelu
- 1 séance de micro sieste 25 min
- 1 séance de sophrologie 50 min
- 1 séance de découverte aquatique en famille
- 1 bain de Mer microbulles Maman BB
- 1 atelier de découverte du massage bébé méthode Shantala

SILHOUETTE

A partir de 4 jours en demi-pension.

12 soins > à partir de 1024€

- 1 enveloppement détoxifiant aux algues
- 1 bain de Mer hydromassant
- 1 frigi Thalgo
- 1 pressothérapie
- 1 drainage marin
- 1 douche à jet
- 1 séance d'Aquabike
- 1 séance de jets sous-marins
- 1 modelage Tunisien 50 min
- 1 séance de I Pulse 50 min
- 1 séance de Cryoskin corps 50 min
- 1 soin Body Sculpt 45 min



MA BULLE MARINE

A partir de 4 jours en demi-pension.

16 soins > à partir de 940€

- 2 enveloppements
- 2 bains de Mer hydromassants
- 2 vagues marines
- 1 drainage marin
- 2 détentes sous pluie marine
- 2 hydrojets éveil des sens
- 1 pressothérapie
- 1 modelage Californien 25 min
- 1 modelage Provençal 25 min
- 1 modelage du cuir chevelu 25 min
- 1 modelage Indien 25 min



VOYAGE DES SENS

A partir de 4 jours en demi-pension.

1 rituel de soin par jour > à partir de 1024€

L'ASIE ORIENTALE

- 1 gommage corporel
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues
- 1 séance de Do-In
- 1 modelage aux bambous 50 min

L'INDE

- 1 bain de mer hydromassant
- 1 drainage marin
- 1 soin du visage fondamental lumière « Thalgo » 25 min
- 1 modelage Indien 50 min

LA CALIFORNIE

- 1 douche à jet
- 1 soin du visage fondamental de la Mer « Thalgo » 50 min
- 1 modelage Californien 50 min

LA PROVENCE

- 1 vague marine
- 1 soin corps bien-être du dos
- 1 modelage Provençal 50 min

BALI

- 1 hydrojet éveil des sens
- 1 wellness plan'air
- 1 enveloppement miel et karité
- 1 modelage Balinais 50 min

LE MAGHREB

- 1 gommage au loofah
- 1 enveloppement Oriental
- 1 modelage du visage et du cuir chevelu
- 1 modelage Tunisien 50 min

LA POLYNESIE

- 1 bain de mer hydromassant
- 1 hydrojet éveil des sens
- 1 enveloppement velours de nacre hibiscus
- 1 modelage Lomi Lomi 50 min



D-Stress

A partir de 4 jours en demi-pension,

12 soins > à partir de 940€

- 1 vague Marine
- 2 bains de Mer hydromassants
- 1 hydrojet éveil des sens
- 1 détente sous pluie marine
- 1 drainage marin
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues
- 1 enveloppement boue auto-chauffante
- 1 séance de micro sieste 25 min
- 1 modelage aux pierres chaudes 50 min
- 1 séance de sophrologie 50 min
- 1 séance d'ostéopathie aquatique



Nature & Provence

A partir de 4 jours en demi-pension,

12 soins, 2 excursions > à partir de 810€

- 1 gommage Méditerranéen
- 1 bain de Mer hydromassant
- 1 hydrojet éveil des sens
- 1 détente sous pluie marine
- 1 frigi Thalgo
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues
- 1 enveloppement boue auto-chauffante
- 2 séances coachées en bassin
- 2 modelages apaisants aux senteurs provençales 25 min
- 1 modelage sous pluie marine
- 1 excursion dans la forêt domaniale de l'Esterel (transport non fourni)
- 1 escapade « vignes gourmande » au domaine Château Paquette (transport non fourni)



LES _____ ESCALES THALASSO



| SPA & BEAUTE

- 1 soin de thalasso
- 1 soin visage fondamental lumière « Thalgo »
ou 1 modelage 25 min
- 1 soin visage ou corps « Thalgo »
ou 1 modelage 50 min

1 jour / 3 soins / 1 nuit

avec petit déjeuner > à partir de 198€

| VITALITE

- 2 soins de thalasso
- 1 activité coachée en bassin

1 jour / 3 soins / 1 nuit

avec petit déjeuner > à partir de 149€

| ZEN

- 2 soins de thalasso
- 1 modelage énergie ou sérénité 25 min
ou 1 modelage sous pluie 20 min

1 jour / 3 soins / 1 nuit

avec petit déjeuner > à partir de 182€



NOS MARQUES BEAUTE



Les produits jane iredale se distinguent par leur composition. Leurs ingrédients minéraux de haute qualité soignent et protègent simultanément votre peau. Vous obtenez de magnifiques résultats grâce à leurs ingrédients d'une grande pureté.

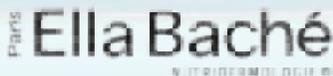
Le maquillage est facile à appliquer, parfaitement couvrant et offre des textures agréables pour une peau rayonnante au jour le jour !



Depuis toujours, la mer est source d'énergie vitale pour l'Homme, capable de le régénérer physiquement et mentalement.

THALGO s'en inspire depuis plus de 50 ans en combinant efficacité et bien-être.

Aujourd'hui, le Laboratoire s'appuie sur son double ancrage pharmaceutique et méditerranéen, pour insuffler cette énergie marine, à travers des produits et des protocoles qui revitalisent le corps et l'esprit, pour une beauté lumineuse.



Ella Baché élabore ses soins à partir d'extraits actifs d'avant-garde. Parce qu'ils sont issus d'aliments naturels reconnus par l'organisme, ils garantissent une tolérance optimale et une assimilation maximale des nutriments de beauté par la peau, pour une bio-disponibilité cellulaire idéale. La « Nutridermologie ».



Estérel Côte d'Azur, une destination nature au cœur du massif de l'Estérel.

Du littoral à l'arrière-pays provençal, découvrez les marchés, l'agenda, les circuits à pieds ou à vélo et tous vos loisirs sur www.esterel-cotedazur.com.



PARTENAIRES



LES **BONS CADEAUX**

Offrez tout un monde de bien-être au sein d'une destination de thalassothérapie d'une beauté exceptionnelle, vous pourrez ainsi faire découvrir les bienfaits de la mer et le plaisir de notre spa et espace sensoriel.

Une journée, un rituel, un soin, un montant ou un séjour...

Offrez des instants privilégiés à ceux que vous aimez.

Renseignements au 04 94 52 56 61



THALASSO & SPA

PORT FRÉJUS

P
A
M
D
A
C

INFOS PRATIQUES

▪ LE TEMPS DE PRENDRE SON TEMPS

Afin de bénéficier sereinement de vos soins, nous vous recommandons d'arriver 15 min avant l'heure de votre rendez-vous. En cas de retard, nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin.

▪ DURÉE DES SOINS

La durée indique le temps de soins effectif.

▪ RÉSERVATIONS

Les réservations constituent une commande ferme. Pour confirmer votre réservation, il vous sera demandé un pré-paiement par carte de crédit d'au moins 30 % de la prestation. Tout versement d'acompte ou pré-paiement non effectué au moins 48 heures à l'avance engendrera l'annulation des soins. Les soins sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'institut.

▪ MOYENS DE PAIEMENT ACCEPTÉS

Espèces, cartes bancaires, chèques, chèques vacances et bons Cadeau Thalasso & spa.

▪ ANNULATION

Nous vous remercions de nous faire part de vos annulations au plus tard 24 heures avant l'heure de votre rendez-vous. En dessous de ce délai, les sommes versées seront conservées.

▪ DISPONIBILITÉ DES SOINS

Les soins sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'accueil de l'institut. Pour un confort optimal, nous vous recommandons de réserver vos soins à l'avance.

▪ **NOS FORFAITS COMPRENNENT** le prêt du peignoir et des serviettes de bain ainsi que l'accès libre aux espaces détente et forme.

Les sandales, bonnet et maillots de bain sont à prévoir ou à acheter dans notre espace boutique. Des sous-vêtements jetables sont à votre disposition dans les cabines de soins.

▪ ACCÈS AUX SOINS

Le port des sandales est indispensable pour accéder aux espaces humides. Les shorts et bermudas ne sont pas autorisés dans les bassins. Pour accéder à l'espace Forme, tenue et chaussures de sport sont indispensables. Pour les prestations de thalassothérapie de moins de 4 jours, il vous sera demandé de signer une décharge médicale avant de débiter vos soins. Afin de vous prodiguer le meilleur conseil, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé, grossesse, allergies, blessures...

▪ ACCUEIL DES MINEURS

Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Certains soins sont possibles pour les mineurs de plus de 14 ans (renseignements auprès de l'accueil de la thalassothérapie). Une décharge et l'autorisation parentale ainsi qu'un avis médical sont cependant obligatoires. Les soins esthétiques ou modelages autorisés seront réalisés en présence d'un des parents. L'accès au sauna, hammam, jacuzzi et salle de repos est strictement interdit aux mineurs.

▪ ACCUEIL DES FEMMES ENCEINTES

Certains programmes de soins ou soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. En outre, une sélection de soins esthétiques peut être proposée. Pour les femmes enceintes, le certificat médical de non contre-indication aux soins de thalassothérapie et au hammam du médecin traitant et une décharge sont obligatoires quel que soit le nombre de jours de soins. Une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès de l'institut.

▪ **LES MODELAGES** sont des massages à but non médical ni thérapeutique mais à visée de confort.

▪ INFORMATION ET RÉSERVATION

L'institut vous accueille du lundi au dimanche de 8h30 à 18h45.

Tél +33 (0)4 94 52 56 00 ou sur place au 5757.

Pour connaître les dates de fermeture de l'institut de thalassothérapie, n'hésitez pas à nous contacter ou à consulter notre brochure et notre site internet.

Nos abonnements ont une durée de validité de 6 mois à partir de la date d'achat, nous vous invitons par conséquent à bien vérifier la date de validité car aucun report ou remboursement ne sera consenti.





THALASSO & SPA

PORT FRÉJUS

Hôtel Mercure Thalasso & Spa Port-Fréjus
16 Quai Dei Caravello
83600 Fréjus

Plus d'information et réservation
04 94 52 56 61
H6752-re@accor.com

www.thalasso-portfrejus.com