

SOINS À LA CARTE

ÉDITION 2025

# ARCACHON



THALAZUR

escales bien-être & thalasso







# SOMMAIRE

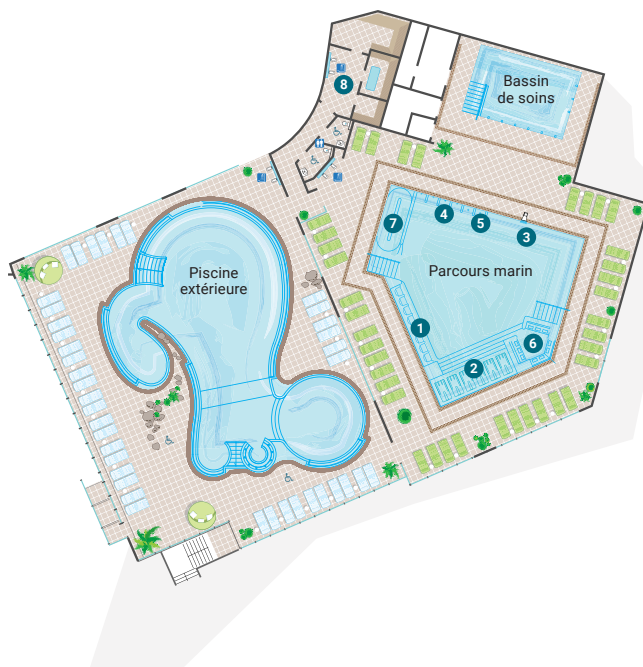




## Détendez-vous, dans notre spa marin.

Notre approche holistique du bien-être intègre fitness et spa qui aident à maintenir un mode de vie sain.

**A la carte :**  
piscine d'eau de mer chauffée, sauna, hammams, jacuzzi, salle de fitness... de quoi vous détendre entre deux soins ou pour bien terminer la journée.



1. Fauteuils massants
2. Aquabeds
3. Col de cygne
4. Jets sous-marins
5. Pedijets
6. Jacuzzi
7. Couloir de marche à contre-courant
8. Sauna et hammams



# THALASSO

nos soins







Respirez, lâchez prise,  
vous êtes entre de bonnes mains...!

# Plongez dans l'univers de la thalasso

les bienfaits de l'eau de mer, c'est seulement ici...

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS
<b>2 soins*</b>	<b>91€</b>	<b>101€</b>
<b>2 soins Thalazur</b>	<b>107€</b>	<b>117€</b>
1 soin de thalasso*		
1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')		
<b>3 soins*</b>	<b>112€</b>	<b>122€</b>
<b>3 soins Thalazur</b>	<b>140€</b>	<b>150€</b>
2 soins de thalasso*		
1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')		

## nos abonnements

<b>5 soins de thalasso*</b> (nominatif, valable 6 mois)	<b>260€</b>
<b>10 soins de thalasso*</b> (nominatif, valable 10 mois)	<b>500€</b>

### \*Choix des soins de THALASSO

(descriptif des soins pages 12/13)

- bain de mer hydromassant reminéralisant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues reminéralisantes
- application de boues marines
- douche à jet
- douche oscillante
- pressothérapie avec gel fraîcheur





**SOINS ÉPHÉMÈRES,  
VENTES PRIVÉES**  
Retrouvez nos offres  
du moment sur  
[www.thalazur.fr/  
arcachon/thalasso/](http://www.thalazur.fr/arcachon/thalasso/)

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi,  
salle de cardio-training)  
sur la même 1/2 journée  
(forfait 1 à 3 soins)  
ou journée de vos soins.  
Peignoir et serviette fournis  
(sandales obligatoires  
en vente sur place)

# optez pour une journée à thème

parfait mélange  
de soins de thalasso et de soins Spa

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

La journée à thème 175€ 185€

### Journée Thalazur

- 3 soins de thalasso\*
- 1 massage au baume d'algues ou sous fine pluie d'eau de mer (15')

### Journée détox

- 1 enveloppement Essentiel Détox (20')
- 1 bain de mer hydromassant Détox (15')
- 1 séance de sauna japonais individuel (30')

### Journée dos

- 1 séance de cryothérapie localisée ou un lit hydromassant Spécial dos (15')
- 1 application de boues marines (20')
- 1 massage bien-être du dos (25')

### Journée silhouette

- 1 douche à jet (10')
- 1 application d'algues thermosudation au fucus (20')
- 1 massage Minceur anti-cellulite (25')

### Journée zen

- 1 enveloppement algues et spiruline (20')
- 1 bain de mer hydromassant à la Fleur d'hibiscus (15')
- 1 massage signature Thalazur (25')

### Journée beauté

- 1 gommage du corps (15')
- 1 enveloppement à la pulpe de coco (20')
- 1 soin du visage lissant détoxifiant Spiruline Boost Thalgo (30')

### Journée future maman

*Entre 3 et 7 mois de grossesse*

- 1 massage spécial femme enceinte (25')
- 1 lit hydromassant (15')
- 1 soin du visage femme enceinte (40')

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



dans le  
détail

## nos soins de thalassothérapie

---

### Bains de mer hydromassants (15')

Confortablement installé dans une baignoire remplie d'eau de mer, des jets sous-marins vous massent suivant les trajets musculaires et le sens du retour veineux. Ce soin reminéralisant associé à la chromothérapie vous procure une relaxation musculaire profonde.

4 programmes au choix : Détente, Tonique, Spécial dos et Jambes légères

- **reminéralisant** **55€**  
Additionné de cristaux de sels marins et de spiruline.
- **précieux** **59€**  
Au miel et au karité.

### Douche à jet (10') **59€**

L'hydrothérapeute dirige un puissant jet d'eau de mer suivant un tracé bien défini. La pression réglable du jet améliore votre tonus musculaire et affine votre silhouette.

### Douche oscillante (15') **55€**

Balayage sur tout le corps par une fine pluie d'eau de mer chaude diffusée par une rampe mobile oscillatoire. Ce soin vous procure un relâchement des tensions musculaires et une sensation de détente.

### Cours collectif en bassin de soin (25') **47€**

Au choix parmi : aquabike, tri activités, renforcement musculaire marin ou aquajogging.

## nos soins secs

---

### Lit hydromassant (15') **55€**

Allongé sur le dos, sur un matelas d'eau chaude, deux jets à pression modulable vous massent le corps pour une détente musculaire profonde. Pour optimiser les bienfaits de ce soin, trois protocoles ont été mis au point pour vous par nos experts de la thalassothérapie : Détente, Tonique et Spécial dos.

### Pressothérapie avec gel fraîcheur (20') **59€**

Drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs : deux grandes bottes à pression progressive pneumatique vous permettent d'améliorer le retour veineux. Affine et allège les jambes et atténue l'aspect peau d'orange.

## nos massages

---

*Soins proposés uniquement dans nos formules demi-journée ou journée (voir pages 10/11).*

### Sous fine pluie d'eau de mer (15')

Vous êtes allongé sur une table avec la délicieuse sensation de l'eau de mer chaude qui coule en fine pluie sur votre corps pendant que la praticienne vous masse. Ce soin unique combine tous les bienfaits de l'eau de mer et du massage. Ce soin reminéralise, apaise les tensions et procure une intense relaxation.

### Au baume d'algues (15')

Techniques du massage traditionnel qui procurent bien-être et relaxation.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



## OUVERT 7/7 JOURS

Les soins sont planifiés  
du lundi au dimanche de 9h à 17h30

### Informations ou réservations

au 05 57 72 06 66 ou à [arcachon@thalazur.fr](mailto:arcachon@thalazur.fr)

## nos enveloppements et applications

Les algues ou les boues marines sont appliquées sur le corps entièrement (enveloppement) ou partiellement (application). Allongé sur un lit flottant, idéalement tempéré et recouvert d'une couverture, la chaleur entraîne une vasodilatation et une accélération de la circulation sanguine pour une meilleure pénétration des actifs (sels minéraux, oligo éléments et vitamines). Le contact direct de la peau et des actifs, permet de revitaliser l'organisme et de faire le plein d'énergie en 20 minutes.

### Enveloppement d'algues reminéralisantes (20') **61€**

Algues laminaires micronisées riches en minéraux et oligoéléments.

### Application de boues marines (20') **61€**

Issues des sédiments marins, les boues marines s'appliquent sur le dos et les articulations. Action antalgique et antirhumatisme.

### Enveloppement d'algues à la pulpe de coco (20') **65€**

Algues lithothamne, oligosource et pulpe de coco au fort pouvoir hydratant.

### Application d'algues thermosudation au fucus (20') **65€**

Algues fucus vesiculosus micronisées et extrait de fucus reconnus pour leurs propriétés lipolytiques. Huiles essentielles de romarin, lavandin, menthe et eucalyptus mentholé.

### Application de boues marines auto-chauffantes (20') **65€**

Assure une reminéralisation et une stimulation énergétique tout en procurant, bien-être et relaxation musculaire.

## ce qu'il faut prévoir

- Pour les messieurs : slip de bain ou boxer (bermuda et short interdits).
- Pour les femmes : maillot de bain une ou deux pièces (string, monokini, burkini, maillot jupe sont interdits).
- Sandales obligatoires (en vente sur place si besoin).
- Le peignoir et la serviette de bain vous sont fournis.
- Tenue et chaussures de sport obligatoires pour accéder à l'espace cardio-fitness.

## lors de votre venue

- Certificat médical ou décharge obligatoire à remplir sur place.
- Bonnet de bain recommandé ou cheveux longs attachés.
- Nous ne sommes pas responsables de vos pertes, vols ou dégradations de bijoux ou objets de valeur.
- Le non-respect des règles d'hygiène entraînera l'exclusion de l'institut de thalassothérapie.

## conditions générales

- Tout rendez-vous non décommandé sera considéré comme effectué.
- Toute annulation inférieure à 48h entraînera une facturation de 50% de la prestation ; inférieure à 24h la totalité.
- Une sélection de soins est proposée aux mineurs à partir de 16 ans (nous consulter) ainsi qu'aux femmes enceintes (journée future maman et massage femme enceinte p.11 et 20)

## soins experts

---

### **Réflexologie plantaire (40')** **80€**

Massage des points réflexes reliés aux organes du corps et situés au niveau de la plante des pieds. L'énergie vitale se remet en circulation, régularisant les fonctions organiques du corps.

### **Massage Kiné (25')** **70€**

Massage relaxant et décontractant des pieds, des jambes, des cuisses, du dos, des épaules et du cou, mêlant des manoeuvres douces et enveloppantes à des manoeuvres plus profondes ciblées sur vos douleurs et vos tensions.

### **Ostéopathie (25')\*** **70€**

Méthode de thérapie manuelle ostéo-articulaire, viscérale et crânienne qui permet par des manipulations douces de lever les blocages articulaires et les tensions musculaires et de rétablir le fonctionnement et l'équilibre global du corps.

### **Consultation de naturopathie (1h30)\*** **90€**

La naturopathie vise un équilibre de santé par des moyens naturels.

Vous devenez acteur de votre santé en cherchant à agir sur l'origine des déséquilibres, en tenant compte de l'interdépendance entre le corps, l'esprit, les émotions et l'environnement.

La naturopathie utilise des techniques telles que l'alimentation, la phytothérapie (plantes), l'aromatologie (huiles essentielles), la gestion du stress, l'amélioration de la qualité du sommeil... dans le cadre de cures spécifiques et individualisées.

La consultation permet de faire le point sur votre vitalité et de mettre en place un programme d'hygiène de vie personnalisé adapté à vos besoins et vos envies.

### **Atma Janzu (45')** **130€**

L'eau qui apaise et transforme. Délicatement soutenu, en flottaison ou en immersion pour ceux qui le souhaitent, vous êtes libéré du poids de votre corps pour vivre une expérience sensorielle unique.

La douce chaleur de l'eau associée aux mouvements lents, aux bercements, aux étirements et à l'accompagnement bienveillant et sécurisant, vous feront vivre une sensation de plénitude.

Un cocon de profonde détente physique et mentale, hors du temps pour vous (re)connecter à vous-même et redécouvrir l'état de bien-être originel. Cette relaxation progressive du corps et de l'esprit permet le déblocage des tensions musculaires et émotionnelles.

L'énergie circule plus harmonieusement. L'atma Janzu est pratiqué en séance individuelle en bassin privatif.

### **Reiki (1h)\*** **90€**

Le Reiki est une méthode de soin énergétique japonais qui a pour but de rééquilibrer l'ensemble du corps.

L'objectif de ce soin est d'augmenter votre capacité d'auto-guérison et ainsi permettre de restaurer votre capital énergie afin de réduire les éventuelles tensions, douleurs qu'elles soient physiques ou émotionnelles.

### **Cryothérapie localisée**

Cette méthode de soin consiste à exposer une partie du corps à un froid extrême, pour apaiser une douleur, agir contre une inflammation, favoriser le drainage, limiter des contractions musculaires...

**1 séance** **55€**

**5 séances** **245€**

**10 séances (consultation médicale incluse)** **460€**

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. \* Accès au Spa Marin en supplément nous consulter.*



---

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams,  
jacuzzi, salle de cardio-training)  
sur la 1/2 journée de votre soin.  
Peignoir et serviette fournis (sandales  
obligatoires, en vente sur place)

---

# SPA BEAUTÉ

nos soins







Gommages corporels pour exfolier la peau, lisser le grain et optimiser les soins. Massages du monde aux effets éminemment relaxants et rééquilibrants. **Rituels spa pour une parenthèse beauté ou bien-être d'une demi-journée.** Soins du visage experts aux effets anti-âge, purifiants ou éclat. Soins minceur pour regalber la silhouette et déloger la cellulite...

Afin de vous offrir le meilleur des soins visage et corps, **Thalazur s'est associé à deux grandes marques cosmétiques françaises Thalgo et Payot.**

Pour compléter l'expérience, **le nouveau rituel de soin signature Thalazur jardin marin**, qui s'inscrit dans l'ADN de la marque et de sa vision holistique du bien-être et du mieux-vivre, vous guidera vers une détente absolue et un équilibre intérieur.

Envie de vivre de nouvelles sensations, de prendre soin de vous, d'agir pour préserver votre jeunesse ?

**Accordez-vous  
une escale sur-mesure  
dans notre Spa Beauté**

---

**POUR TOUTES INFORMATIONS  
OU RÉSERVATIONS**

contacter le 05 57 72 06 66  
ou depuis votre chambre poste 5  
ou par mail à [arcachon@thalazur.fr](mailto:arcachon@thalazur.fr)  
du lundi au dimanche de 9h à 18h.



les gommages  
corps



## le soin indispensable !

---

- Élimine les cellules mortes.
- Rend votre peau douce et soyeuse.
- Améliore la circulation et l'élasticité de la peau.
- Permet à votre peau de mieux absorber les crèmes (solaires, hydratantes...) et les oligo-éléments et sels minéraux contenus dans vos soins de thalassothérapie.

**Résultat** : vos soins et crèmes seront alors plus efficaces, leurs actifs pénétreront mieux.

---

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIES
<b>Le gommage (20')</b>	<b>65€</b>	<b>75€</b>
<b>Des îles Thalgo</b> Sable blanc de Bora Bora, sel marin, coques de coco et huiles végétales.		
<b>Mer des indes Thalgo</b> Poudre de gingembre, sels et sucres.		
<b>Amande délicieux Payot</b> Texture crème aux éclats d'amandes et à la délicieuse odeur de pistache.		

<b>Rituel beauté détox (45')</b>	<b>80€</b>	<b>90€</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• gommage du corps</li><li>• gommage du visage</li><li>• pose de masque</li><li>• crème visage adaptée à votre type de peau</li></ul>		

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



## les massages

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

### Sous fine pluie

**d'eau de mer (25')** 70€ 80€

Ce soin d'exception combine tous les bienfaits de l'eau de mer et du massage. Vous êtes allongé sur une table de massage avec la délicieuse sensation de l'eau de mer chaude qui coule en fine pluie sur votre corps pendant que la praticienne vous masse. Ce soin reminéralise, apaise les tensions et procure une intense relaxation.

**Merveille arctique Thalgo (25')** 70€ 80€

Alternance de chaleur délassante et de fraîcheur vivifiante, booster de la circulation sanguine, il relâche les tensions musculaires, courbatures, contractures.

**Mahana Thalgo (25')** 70€ 80€

Massage relaxant au monoï de Tahiti, directement inspiré du Lomi-Lomi. Des manoeuvres lentes et enveloppantes pour vous procurer une sensation de détente et de relaxation absolue.

**Mer des indes Thalgo (25')** 70€ 80€

Massage relaxant aux senteurs de santal et de patchouli pour une sensation de bien-être et d'énergie retrouvée.

**Massage femme enceinte (25')** 70€ 80€

*Entre 3 et 7 mois de grossesse.*

Adapté à chaque étape de votre grossesse, il combine un drainage des jambes à un massage décontractant du dos, des épaules et du cou. Idéal pour éviter les tensions liées à la grossesse, il peut être aussi l'allié privilégié de la jeune maman pour récupérer après son accouchement.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

## massages signature

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

**Massage océan (1h20)** 150€ 160€

Version longue et plus complète du massage Lâcher-prise qui va stimuler la circulation de l'énergie vitale, revitaliser le corps et l'esprit, évacuer le stress, la fatigue et les tensions pour un réel lâcher-prise.

**Lâcher-prise (25')** 70€ 80€

Laissez-vous happer et transporter par ce massage aux longs mouvements rythmés et fluides comme la danse des vagues de l'Atlantique.

**Massage signature  
Thalazur (25')** 70€ 80€

Reconnexion à soi. Nos experts spa praticiens ont conçu ce massage pour permettre à votre esprit de ralentir et à votre corps de se détendre.

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de vos soins.

Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires en vente sur place)

# les massages du monde

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

**Le massage (50')** **113€** **123€**

## Ayurvédique Abhyanga

*Massage tonique*

Massage Indien traditionnel qui harmonise et rééquilibre. Les manœuvres s'enchaînent sur tout le corps sur un rythme soutenu pour un lâcher prise absolu. Les gestes sont harmonieux et puissants, ils vous bercent, vous englobent pour un moment de relaxation et de détente musculaire.

## Balinais

*Massage très appuyé*

Massage indonésien tonifiant et relaxant. Ce soin puissant et dynamique, tel une danse balinaise, soulage les tensions et apporte une relaxation totale. Les mouvements combinent des effleurages doux et fluides, pétrissages profonds des muscles, étirements et percussions légères. Ce massage apporte harmonie et équilibre parfait entre corps et esprit.

## Californien

*Massage doux ou appuyé*

Massage de détente globale du corps. La détente vient en premier lieu par l'inaction et le relâchement des muscles superficiels pour ensuite permettre le relâchement des muscles profonds.

## Shiatsu

*Pressions lentes et appuyées*

Technique japonaise par pressions lentes et appuyées le long des méridiens d'acupuncture. Débloque et rééquilibre l'énergie de votre corps.

## Aux pierres chaudes

Prise en charge holistique de la personne. La chaleur diffusée par les pierres de basalte permet de favoriser l'harmonie énergétique et la décontraction musculaire. Le massage harmonise les systèmes du corps humain afin de favoriser une détente globale.

## Vitalité du temps

*Massage personnalisé*

Inspiré du meilleur des techniques occidentales et chinoises, le massage Vitalité du temps a pour but de booster l'énergie, d'améliorer la souplesse musculaire et articulaire et de chasser durablement la fatigue grâce à une série de manœuvres profondes, relaxantes et tonifiantes.

## Massage signature Thalazur jardin marin

Nos experts Spa praticiens ont conçu ce massage comme un véritable soin où chaque geste et chaque enchaînement a été pensé pour libérer votre corps des tensions et des toxines et permettre à votre esprit de ralentir, de se détendre et de trouver la paix intérieure.

Offrez-vous un moment de détente et de reconnexion à vous-même.

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

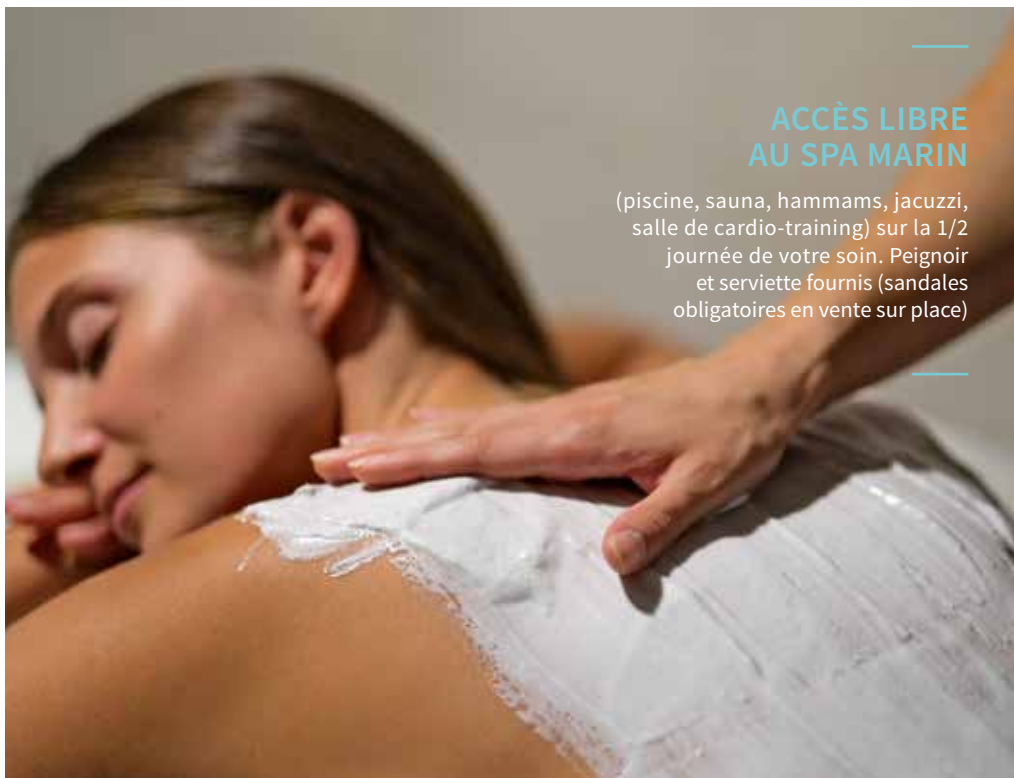
**Le massage en DUO** **226€** **246€**

(TARIFS POUR 2 PERSONNES)

Vivez et partagez un moment de bien-être à deux dans notre cabine duo...

Au choix parmi Ayurvédique, Balinais, Californien ou massage signature Thalazur jardin marin.





## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires en vente sur place)

## les soins du corps

### **Le soin du dos (45')** **85€**

Soin traitant et vivifiant. Un nettoyage profond à l'aide d'un Scrubber, un massage accompagné de brosses stimulantes, un masque traitant couplé d'un massage des jambes seront les étapes clés de ce soin. En un instant, votre dos retrouve douceur et est libéré des tensions.

### **Rituel cold cream marine corps Thalgo (1h)** **99€**

Ce soin nourrissant et relipidant dédié aux peaux sèches à très sèches vous transporte au cœur de l'univers Cold Cream Marine grâce à son Enveloppement et Soins Haute Nutrition. Réconfortée, relipidée et nourrie, la peau se pare d'une infinie douceur et d'un toucher velouté.

### **Le massage gommant (1h15)** **130€**

Massage purifiant, nettoyant. Alliez l'utile à l'agréable avec ce soin regroupant des techniques relaxantes sous une texture gommante ultra sensorielle. Accompagné d'une préparation corporelle composée d'étirements doux et de réflexologie. Permet de retrouver une peau douce tout en offrant au corps une profonde sensation de bien-être.

### **Rituel légèreté de la tête et des pieds (1h20)** **160€**

Gommage des pieds, masque, massage crânien, réflexologie plantaire relaxante. Masser les pieds et la tête apaise les tensions et apporte une détente profonde et immédiate, pour un véritable lâcher-prise...

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



## les instants à deux

Un instant de complicité côte à côte, au même rythme, bercés par les mêmes gestes, des mains expertes vous mènent vers un ailleurs paisible.

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS		SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS
<b>Parenthèse DUO Spa</b>	<b>410€</b>	<b>430€</b>	<b>Parenthèse DUO Beauté</b>	<b>410€</b>	<b>430€</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 gommage du corps (20')</li> <li>• 1 massage Californien (50')</li> <li>• Bulles en Duo (20') : Jacuzzi privatif accompagné de Champagne* ou un cocktail de jus de fruits + pause gourmande</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 massage Thalgo (25')</li> <li>• 1 soin du visage Thalgo (1h) : Fondamental de la Mer pour Elle ou Thalgomen pour Lui</li> <li>• Bulles en Duo (20') : Jacuzzi privatif accompagné de Champagne* ou un cocktail de jus de fruits + pause gourmande.</li> </ul>		
<b>Parenthèse DUO Bien-être</b>	<b>180€</b>	<b>200€</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 massage signature Thalazur (25')</li> <li>• 1 jacuzzi privatif (15')</li> </ul>					

*\*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

# les rituels spa

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

Le rituel Spa Thalgo (1h30) **170€** **180€**

## Rituel Îles Pacifique

- **Gommage au sable blanc de Bora Bora**, sel marin, coques de coco et huiles végétales.
- **Massage relaxant aux ballotins de sable chaud.** Comme doucement bercé par le mouvement des vagues, ce massage relaxant au monoï de Tahiti, est directement inspiré du Lomi-Lomi. Des manœuvres lentes, enveloppantes et rassurantes se mêlent à la chaleur bienfaisante des ballotins de sable chaud, pour vous procurer une sensation de détente et de relaxation absolue.

## Rituel rééquilibrant Mer des Indes

- **Gommage au gingembre.** Riche en poudre de gingembre, sels et sucres pour exfolier, nourrir et parfumer délicatement votre corps.
- **Massage rééquilibrant.** Inspiré de l'Ayurvéda et de la science des Marmas. Des manœuvres douces et enveloppantes se mêlent à des manœuvres toniques et des étirements, pour vous permettre de retrouver une harmonie corps et esprit.

## Rituel French Riviera **NOUVEAU**

- **Gommage à l'extrait d'Algues Micro-Eclatées.** Granité exfoliant et notes marines qui exfolie et revitalise la peau
- **Massage revitalisant.** Double massage associant une gestuelle fluide, profonde et enveloppante, inspirée de la mer, à la chaleur d'un galet rappelant les pierres des calanques chauffées par le soleil.



*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





---

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires en vente sur place)

---

## les rituels visage & corps

---

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIES

### Soin signature

**Mon essentiel Thalgo (1h30) 170€ 180€**

Ce soin inédit vous offre une pause relaxante et sensorielle, composé de :

- Un Soin éclat visage désaltérant
- Un Gommage du corps
- Un Massage du corps

### Prodige des Océans

**Thalgo (2h) 215€ 225€**

Ce Rituel d'exception offre une régénération ultime pour une jeunesse globale et une relaxation profonde. Les bienfaits revitalisants de l'Intelligence Marine régénérative, concentré absolu de 63 principes actifs marins – brevet exclusif THALGO – s'associent à un massage visage, inspiré du Ko Bi Do, technique japonaise ancestrale de lifting manuel, pour lisser visiblement les rides, redonner fermeté et élasticité à la peau. Le massage corps conjugue des manœuvres libératrices de toute tension pour un relâchement total.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

# les soins minceur & détox

## **Drainage lymphatique (25')** **75€**

Effectué sur le ventre, les cuisses et les jambes et/ou les bras. Ce massage par pressions douces permet d'activer la circulation lymphatique favorisant l'élimination des toxines. Son action est boostée par un massage plus profond associé à un gel rafraichissant permettant de stimuler le retour veineux et diminuer la sensation de jambes lourdes.

## **Palper-Rouler Massage minceur (25')** **75€**

Il permet d'activer la circulation, d'affiner la silhouette, d'éviter la stagnation de la cellulite et de réduire l'aspect peau d'orange. Il associe un massage du ventre stimulant le transit digestif, un massage tonique activant la micro-circulation localisée et des manoeuvres de palper-rouler manuel.

## **Massage du ventre (25')** **75€**

Massage apaisant favorisant le transit intestinal et permettant de libérer les tensions viscérales et musculaires liées à la digestion et au stress, apportant ainsi un relâchement global du corps.

## **Consultation diététique (45')** **40€**

Pour retrouver la ligne, mais aussi pour votre santé et votre bien-être, notre diététicienne vous établira un programme sur-mesure adapté à votre rythme de vie, votre âge et vos besoins.

## **Soin Méthode Axo (1h15)** **150€**

Soin manuel du corps qui permet de rééquilibrer l'énergie corporelle. La méthode AXO a été créée par Guillaume Guibordeau pour relancer les systèmes circulatoires (digestif, sanguin, lymphatique, urinaire, immunitaire), ce qui permet d'éliminer les toxines, de réduire les tensions musculaires et les raideurs articulaires. Il tonifie et améliore la texture de la peau, réduit l'anxiété et le stress quotidien et est connu pour améliorer les performances physiques.

## **Sauna japonais individuel**

### **Tradition séculaire et haute technologie japonaise**

Depuis plus de 300 ans, les Japonais ont coutume, pour éliminer les toxines et se purifier, de s'enterrer jusqu'au cou dans un sable volcanique chaud (50°).

C'est de ce rituel millénaire que le sauna japonais a tiré sa source en s'appuyant sur une chaleur diffusée par une émission d'infrarouges longs.

Bienfaits : Élimination de métaux lourds, plomb, mercure... élasticité de la peau, éclat du teint, sommeil réparateur.

**1 séance (30')** **60€**

**5 séances** **275€**

**10 séances** **500€**

## **Soin Body Sculpt Thalgo (45')** **95€**

Le soin Minceur professionnel sur-mesure, qui allie toute l'expertise cosmétique Thalgo à la technologie brevetée Body Palp (méthode instrumentale de palper-rouler).

Peeling exfoliant ou double enveloppement à effet chaud/froid, s'associent au Body Palp, pour lisser vos capitons, affiner et remodeler visiblement votre silhouette, raffermir et tonifier votre peau.

Ciblez 3 zones au choix parmi : Ventre et taille ; genoux et cuisses ; culotte de cheval et fesses ; dos ; bras ; mollets et chevilles.

### **Forfaits Silhouette expert Cellulite ou Fermeté**

**3 soins** **270€**

**5 soins** **425€**

**10 soins** (consultation diététique offerte) **800€**

*Les durées indiquées correspondent  
au temps effectif des soins.*



## Conseils THALAZUR

Renforcez les bienfaits de nos soins minceur avec les compléments nutritionnels Thalgo Nutrition (en vente à la boutique).

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin (sauf consultation diététique - non incluse). Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place)



## les soins visage

### les soins Thalgo

---

#### **Soin fondamental de la mer Thalgo (1h) 105€**

*peau déshydratée, sèche ou sensible*

La force vitale des Océans concentrée au cœur d'un soin sur-mesure pour répondre aux besoins spécifiques de chaque nature de peau. Produits professionnels signature performants, massage sensoriel et relaxant.

#### **ThalgoMen à l'algue bleue vitale (1h) 95€**

Soin profond nettoyant adapté à la peau masculine. Véritable effet bonne mine, votre peau est gommée, massée à l'aide d'un soin fortifiant et antiride. Illumine votre teint grâce à l'application d'un masque adapté à votre peau.

#### **Soin spécifique Contour des yeux (30') 50€**

Triple effet antirides, anticernes et antipoches. Action combinée du collagène marin, de la caféine et de l'acide hyaluronique associée à la technologie du Masque de Massage Regard (pressothérapie, acupression et massage vibratoire dynamique).

Seul ou associé à un soin du visage Thalgo ou Payot.



---

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires en vente sur place)

---

## les soins Payot

---

**La méthode Payot (30')** **65€**  
Chorégraphie mythique en 42 mouvements imaginée par Nadia Payot, première facialiste de son temps, pour un effet tonifiant et relaxant.

**L'expertise My Payot, Eclat & Vitalité (45')** **80€**  
*Peau terne et fatiguée*  
Soin illuminateur vitaminé aux baies de goji et d'açaï. Une exfoliation, un massage relaxant ou stimulant, finalisé par un masque crème ultra-frais aux senteurs de melon et de mangue.

**Neo Revitalisant NOUVEAU (45')** **90€**  
Instant de visualisation, association parfaite du produit et du geste technique (tonifiant, drainant et liftant) pour un pur moment de bien-être. Une gestuelle manuelle et accessoirisée avec l'utilisation d'un Gua sha ginkgo et l'application du Néo-Sérum.

**L'Expertise Pâte Grise, Pureté & Matité (1h)** **115€**  
*peau mixte à imperfections*  
Soin rééquilibrant à l'extrait de menthe du Chili, enrichi en billes de charbon et zinc. Une exfoliation autochauffante, un massage relaxant ou stimulant, finalisé par un masque peeloff rafraichissant qui resserre les pores. Accompagné d'une gestuelle accessoirisée avec le Roller revitalisant pour intensifier les résultats et stimuler les tissus.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

---

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin.  
Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires en vente sur place)

---

### les soins

# visage anti-âge

---

## les soins visage anti-âge marin Thalgo

### Soin lissant détoxifiant Spiruline

**Boost Thalgo (30')** **70€**

1<sup>er</sup> soin lissant détoxifiant pour lutter efficacement contre les premiers signes de l'âge grâce à un masque frais peel off à base de Spiruline énergisante et de Magnésium marin.

**Soin Hyalu-procollagène (1h)** **110€**

*Rides installées*

Soin ride à ride associant acides hyaluroniques & pro-collagène marin aux Rollers Boosters, pour une efficacité visible immédiate. Instantanément, le visage paraît plus jeune, comme décripé et les rides même installées semblent lissées.

**Soin raffermissant Silicium Lift (1h)** **130€**

*Rides et fermeté*

Soin anti-âge inspiré du Face Fitness associant une technique de massage exclusive à un double masque Cryo-tenseur professionnel pour raffermir la peau, combler les rides et rafraîchir le teint en 60 minutes chrono.

### Rituel d'excellence

**Anti-âge Global (1h30)** **150€**

*Effet lifting naturel*

Soin d'exception qui associe une technique de lifting manuelle incomparable à un complexe d'actifs précieux exclusifs Thalgo.

Exfoliation en profondeur ; double massage Energilift visage, cou et décolleté suivi du massage Relaxation Ultime ; masque de cellulose biologique riche en acide hyaluronique ; gommage et massage des mains. Un rituel d'excellence pour un résultat jeunesse global : les traits du visage sont rehaussés, les rides lissées, les taches estompées.

## les soins visage anti-âge Payot

### L'Expertise Suprême,

**Jeunesse & Lumière (1h)** **125€**

Soin pro-âge à l'acide hyaluronique et aux perles exfoliantes.

Un gommage qui fond au contact de la peau, un massage relaxant ou stimulant, finalisé par un masque étincelant sous une texture velours.

Accompagné d'une gestuelle accessoirisée avec le Gua Sha pour resculpter les volumes du visage et les Cups massantes pour lisser les marques du temps. La peau est régénérée, raffermie, lissée.

### L'expertise Facialiste,

**Lift & Radiance (1h15)** **145€**

Soin expert entièrement manuel et profondément holistique.

Il allie des accessoires de quartz rose à de profonds massages musculaires, du drainage lymphatique et des points d'acupressions inspirés de la médecine traditionnelle chinoise. Une véritable expérience révélant la jeunesse et l'éclat de la peau.





## autres soins beauté

### soins des mains et des pieds

---

### manucurist PARIS

#### Beauté des mains traditionnelle (50') 55€

Soin traditionnel pour embellir vos mains : démaquillage et mise en forme de l'ongle, gommage et massage pour nourrir et assouplir.

#### Option pose de vernis hybride (20') 20€

#### Beauté des pieds (1h) 65€

Soin des ongles, avec un gommage, un enveloppement et un massage des pieds pour un moment de détente et des ongles redessinés (sans visée médicale).

#### Pose de vernis hybride (35') 35€

Premier semi-permanent qui se retire comme un vernis. Composé à partir d'ingrédients biosourcés et formulé sans ingrédients toxiques : il n'abîme pas vos ongles et respecte votre santé. Au programme ? Une tenue et une brillance jusqu'à 10 jours et un retrait tout en douceur à l'aide d'un dissolvant doux. Clean pour vos ongles, green pour la planète et made in France.

**Les soins des mains et des pieds, ainsi que les épilations ne donnent pas accès au Spa marin.**

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



## épilations

Toutes nos épilations sont suivies d'une application de sérum apaisant et anti-repousse.



### ÉPILATIONS HOMME



### FORFAITS ÉPILATIONS



NOUVELLE GAMME COSMÉTIQUE



THALAZUR

jardin marin



## le bien-être absolu, révélateur de beauté

Trait d'union entre la mer et la terre, sources de vie, Thalazur a mis à profit ses 20 ans d'expertise en Thalassothérapie afin de concevoir une gamme cosmétique aux propriétés bienfaisantes.

Cette nouvelle ligne cosmétique composée à 90% d'ingrédients d'origine naturelle, met en exergue l'influence bénéfique des actifs marins et de plantes, soigneusement sélectionnés, pour une beauté globale.

Chaque produit jardin marin a ses vertus. Une action hydratante, antioxydante, lissante, exfoliante, nourrissante, protectrice, raffermissante, en fonction des actifs présents dans chaque formule pour un bien-être absolu révélateur de beauté.



scannez pour accéder à notre boutique en ligne et découvrir toute la gamme jardin marin





# IDÉES CADEAUX

Pensez Thalasso, offrez Thalazur



scannez et retrouvez  
tous nos coffrets cadeaux



THALAZUR

escales bien-être & thalasso



ARCACHON



## INFORMATIONS

+33 (05) 57 72 06 66 | [arcachon@thalazur.fr](mailto:arcachon@thalazur.fr)

Thalazur Arcachon  
9, avenue du Parc, 33120 ARCACHON

[www.thalazur.fr](http://www.thalazur.fr)