

THALASSA SEA & SPA HYÈRES IBIS

Allée de la Mer
La Capte 83400 Hyères

Plus d'infos et réservation
+33 (0)4 94 58 00 94

H1559-RE3@accor.com

Pour plus d'information
sur le réseau Thalassa Sea & Spa
et les programmes :
+33 (0)1 72 95 01 12



#ThalassaSeaAndSpa

spa.accor.com

NOS DESTINATIONS EN FRANCE ET À L'INTERNATIONAL

HYÈRES

LE TOUQUET

TROUVILLE

QUIBERON

ÎLE D'OLÉRON

BIARRITZ

GOLFE D'AJACCIO

ESSAOUIRA (MAROC)

AGADIR (MAROC)

TIMI AMA (SARDAIGNE)

ZALLAQ (BAHREÏN)

Hyères



2023

Votre adresse
bien-être

Voyage sur la Côte Méditerranéenne





Prenez une pause, la vôtre

Choisir mon programme au gré de mon humeur et de mes envies.
Vivre une expérience bien-être enrichie, dans le respect de l'environnement.

Les bienfaits de la mer

Venir chez Thalassa Sea & Spa, c'est vous accorder une pause pour vous régénérer au contact d'un élément essentiel : la mer. Laissez vos sens s'éveiller aux bienfaits de l'eau de mer 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, d'ions négatifs et repartez entièrement ressourcé.

Plus de 50 ans d'expertise et d'attention

Nos experts innovent au service de votre mieux-être : nouvelles techniques de soins et de lâcher-prise, bilans et programmes connectés, marques cosmétiques expertes...

Des destinations d'exception

Une île préservée ou une plage à l'abri des regards, en France, en Sardaigne ou au Maroc...

Thalassa

SEA & SPA



ibis Hyères Thalassa Sea & Spa

L'hôtel, ibis Hyères	8
Du Soleil dans mon Assiette	9
Thalasso & Spa	10
Fitness	11
Nos activités & loisirs	12
Des activités pour toutes les envies !	13

Programmes de soins selon votre objectif

	Ma pause wellness en toute liberté	14
	Ma pause zen ma pause Croisières autour des Îles d'Or Ma pause « Autour du monde »	16 18 20
	Ma pause Beauté Marine by Thalassa Ma pause Excellence by Sothys	22 24
	Ma pause vitaminée	26
	Ma pause ma'ligne	28
	Ma pause bien-être du DOS	30

Informations pratiques

Les marques cosmétiques	32
Les soins à la carte Spa & Beauté	36
Bon cadeau & bon pour moi	37
Lexique des soins	38



CHAMBRE CLASSIC

Du Soleil dans mon Assiette

Découvrez une cuisine de saison, régionale et équilibrée dans un écrin de verdure. Au fil de vos envies, au restaurant, au bar, vous avez l'embarras du choix.

Le Restaurant « Atelier du Soleil »

Profitez d'une ambiance méditerranéenne, ocre rouge, teintes de bois naturel et de grandes baies vitrées ouvertes vers le jardin.

L'expérience

Des espaces restauration prolongés vers les terrasses et jardins par de grandes baies vitrées. La carte aux accents du Sud et du terroir comble vos envies de « consommer » local grâce aux producteurs et circuits courts français.



ibis Hyères

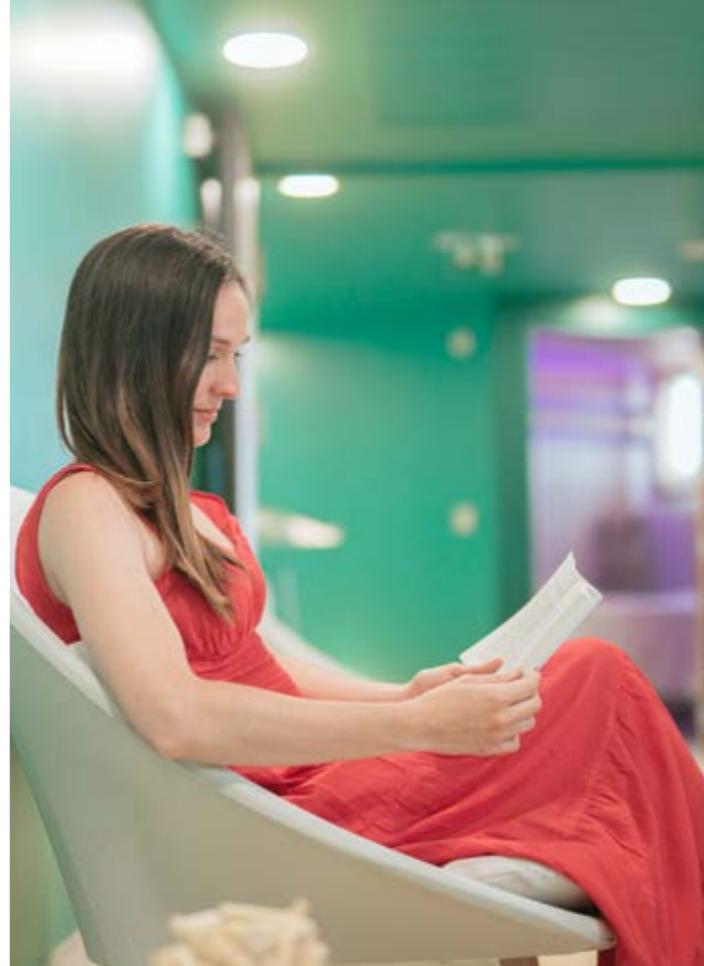
Une nouvelle expérience

Plus d'espace, plus de lumière, plus de couleurs dans cette maison méditerranéenne et chaleureuse où l'environnement extérieur fait partie intégrante des lieux.

Les chambres

Les chambres rénovées aux volumes revisités sont baignées de couleurs douces, de transparence et de lumière.





Fitness

Entre vos soins...

Buller : aquakibing, aquatraining en piscine et en mer (selon météo), cours coachés individuels et studio fitness en accès libre.

Lâcher prise : Massage hydrorelax avec musicothérapie, micro-sieste et séances de relaxation dans le Studio ZEN, réveil musculaire et marche iodée en extérieur bord de mer et/ou jardin.

Thalasso & Spa

Bienvenue au pays du farniente où l'art de la sieste est de rigueur, sur les chaises longues de la grande plage intérieure face aux Iles d'Or, ou dans le jardin Méditerranéen.

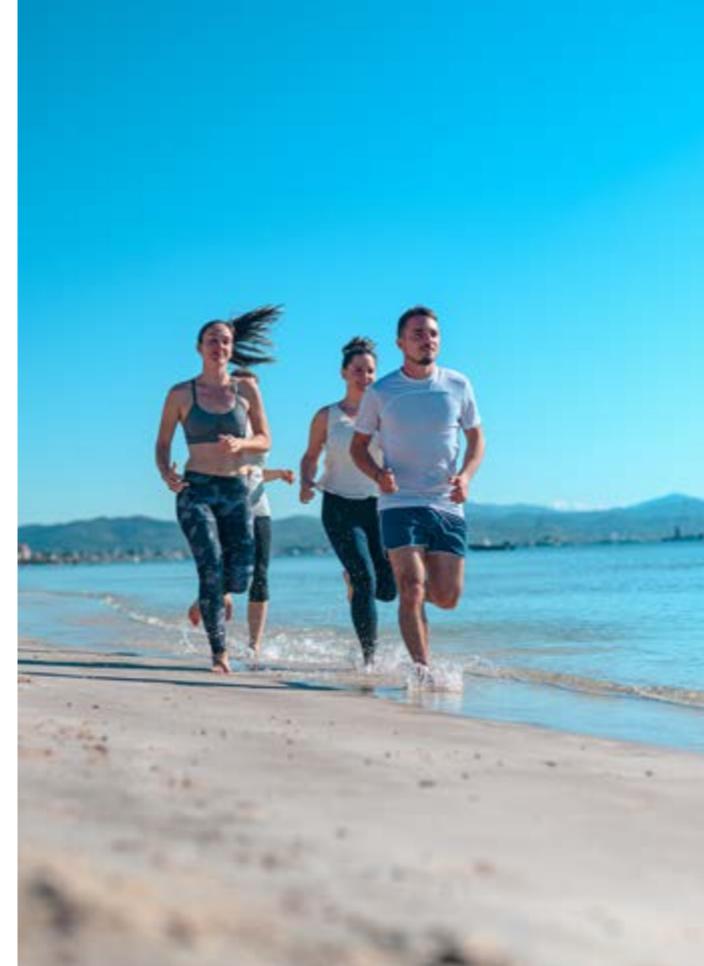
L'atmosphère

Les pieds dans le sable, face à Porquerolles, c'est un refuge marin calme et ensoleillé comme une invitation chaleureuse à la convivialité et à la sérénité.

Entre vos soins...

Buller : piscine intérieure d'eau de mer chauffée. Hammam oriental à l'eucalyptus (voir consignes COVID).

Solarium en surplomb de la mer et terrasses côté mer et côté jardin.



La piscine d'eau de mer, les studio fitness et training sont en accès libre 7j/7 (horaires communiqués sur place). Toutes nos activités aquatiques et extérieures sont proposées à des tarifs préférentiels aux clients hébergés. à votre disposition pour en savoir plus au : +33(0)4 94 38 67 32



Des activités pour toutes les envies !

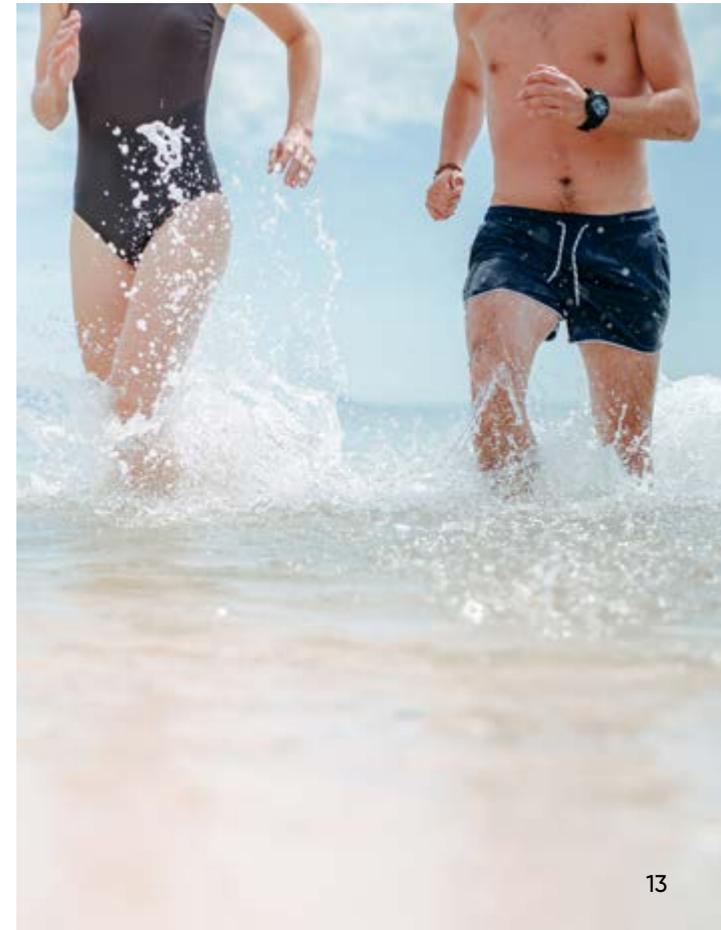
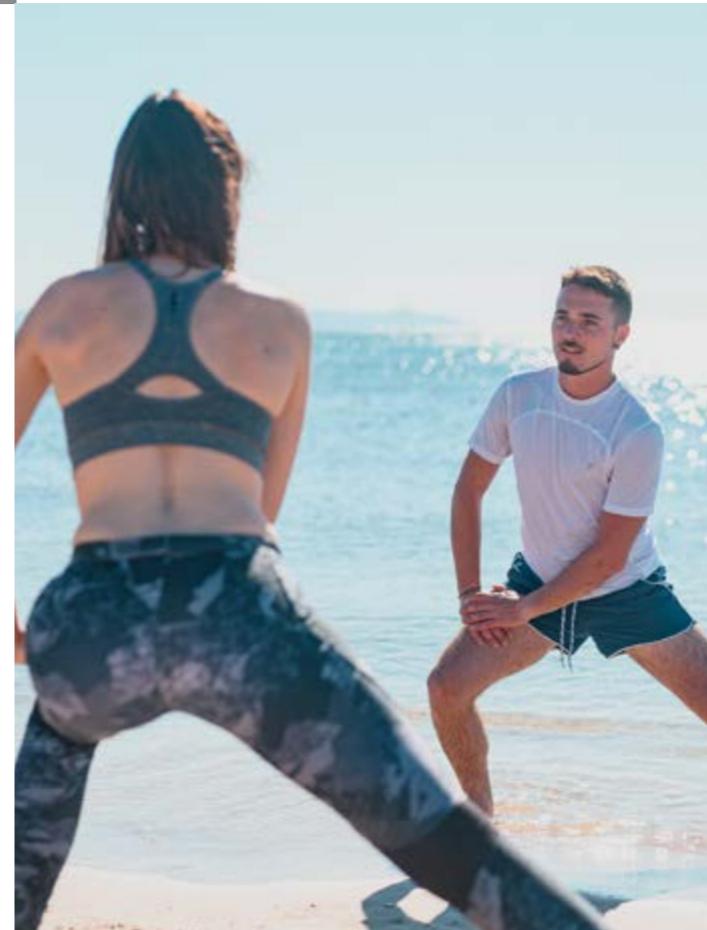
Prolongez votre Pause par des activités de plein air et de bord de mer en vous inscrivant à l'aquatrainning marin, à la marche iodée et vous réveillez en douceur avec le réveil musculaire coté plage coté jardin. Ces séances sont animées par des coachs sportifs sur place.

Consultez toute la liste de nos activités ou les tarifs auprès de nos experts.

Nos activités & loisirs

Conjuguez forme, détente et bien-être

Associez à votre séjour les bienfaits des actifs marins aux séances de sports dans un cadre idyllique de la Presqu'île de Giens, en vous initiant au paddle, au kite surfing et à la planche à voile. Nous vous conseillerons au mieux.



Ma pause wellness en toute liberté

Je veux choisir tous mes soins.

Je choisis chaque jour selon mes objectifs & préférences

4 soins par jour :

- 3 soins essentiels de thalasso ou activités coachées (en bassin, en salle ou en extérieur)
- 1 soin visage ou corps de 25 min ou 1 modelage de 25 min



Soins énergie

- soins essentiels de thalasso
- modelages et enveloppements marins
- automassages marins
- activités coachées en bassin
- gommage aux sels marins



Soins sérénité

- modelages sérénité & énergie (25 min)
- massage hydrorelax



Soins détox

- soins essentiels de thalasso minceur
- enveloppement drainant (25 min)



Soins éclat

- soins visage Thalassa Sea & Skin (25 min)
- soins corps Thalassa Sea & Skin (25 min)
- enveloppement hydratant (25 min)



Soins récupération

- enveloppements marins
- soin jambes légères
- modelage plantaire (25 min)



sur mesure

AVEC HÉBERGEMENT

1 à 6 jours

À partir de 1 jour /
4 soins par jour /
1 nuit en demi-pension

À partir de **232.50 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **166 €**
par jour et par personne

SOIN VISAGE



AQUABIKING



MODELAGE PLANTAIRE



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Afin d'assurer la disponibilité de tous vos soins, le programme de vos rêves est composé avec vous au moins 10 jours avant votre arrivée.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Sérénité

AVEC HÉBERGEMENT

1 à 3 jours

À partir de 1 jour /
3 soins par jour /
1 nuit avec petit déjeuner

À partir de **170 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **112 €**
par jour et par personne



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

Ma pause zen

Je veux buller et me faire chouchouter.

Chaque jour

- 1 soin essentiel de thalasso parmi :
 - massage hydrorelax,
 - bain de mer, chromothérapie, soin jambes légères,
- 1 pluie marine ou 1 enveloppement reminéralisant
- 1 modelage énergie & sérénité de 25 min parmi :
 - zen,
 - vitalité,
 - jambes,
 - plantaire
 - visage

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Sérénité

AVEC HÉBERGEMENT

4 à 6 jours

À partir de 4 jours /
4 soins par jour /
4 nuits en demi-pension

À partir de **910 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **165 €**
par jour et par personne



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

Ma pause zen

Je veux plonger dans une bulle de bien-être et me régénérer.

M'accorder une parenthèse à l'abri du temps et du monde et me laisser aller entre soins iodés et modelages.

Préparer ma peau

- 1 gommage aux sels marins

Faire le plein de vitamines

- 2 enveloppements reminéralisants aux algues
- 2 pluie marine
- 2 drainages marin
+ 5 soins essentiels de thalasso
(dont 2 massages hydrorelax, bain de mer hydromassant, chromothérapie).

Renouer avec mon corps

- 4 modelages énergie & sérénité de 25 min parmi :
 - zen,
 - vitalité,
 - jambes,
 - plantaire
 - visage

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Ma pause Croisières autour des Îles d'Or

Je veux rêver les îles d'or et m'évader
sur le thème des croisières, farniente et sérénité.

Détails du programme de soins

- 1 soin essentiel marin
- 1 soin esthétique de 25 min aux senteurs de Provence
- 1 modelage par jour (de 25 min à 1h)

CROISIÈRE À PORQUEROLLES

JOUR 1

- Gommage aux sels méditerranéens
- Détente sous pluie marine ou Chromothérapie eucalyptus
- Modelage des îles

CROISIÈRE À PORT CROS

JOUR 2

- Soin visage BIO - organic Sothys aux senteurs provençales
- Modelage sous pluie marine
- Masque cocoon 100% sur mesure citron petit grain

CROISIÈRE AU LEVANT

JOUR 3

- Enveloppement aux algues reminéralisantes
- Bain de mer aux sels marins
- Modelage 100 % sur mesure Fleur d'oranger & cèdre

Ces croisières se vendent en court séjour 3 jours en suivant comme une croisière,
soit PORQUEROLLES - PORT CROS-LEVANT ou à la journée au choix du client.

* En chambre double standard, en basse saison. Voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Sérénité

AVEC HÉBERGEMENT

1 à 3 jours

À partir de 1 jour /
3 soins par jour /
Chambre et petit déjeuner

À partir de **179 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **121 €**
par jour et par personne

ENVELOPPEMENT
AUX ALGUES REMINÉRALISANTES



GOMMAGE AUX SELS MARINS



PLUIE MARINE



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

Ma pause « Autour du monde »

Je veux m'apaiser, changer d'univers.

Chaque jour est un nouveau voyage, une gestuelle particulière, un parfum d'ailleurs. Ce délicieux tour du monde des modelages et des essentiels marins conjugue les 5 sens et les rituels des 5 continents.

Ce programme de 6 jours d'environ 1h30 à 2 heures de soins individuels par jour me transporte vers l'apaisement et le lâcher-prise.

ÉVASION Japonaise

JOUR 1

- 1 gommage sur mesure Sothys au citron et petitgrain (25 min)
- 1 enveloppement drainant au wakamé et thé vert (20 min)
- 1 modelage énergétique japonais (50 min)

ÉVASION Indienne

JOUR 2

- 1 massage hydrorelax – évocation indienne (20 min)
- 1 modelage ayurvédique (50 min)
- 1 enveloppement hydra-velours (20 min)

ÉVASION Californienne

JOUR 3

- 1 bain de mer aux sels marins (16 min)
- 1 soin visage « repulpant express » (25 min)
- 1 modelage californien aux huiles essentielles (50 min)

ÉVASION Méditerranéenne

JOUR 4

- 1 massage hydrorelax – Inspiration flamenca (20 min)
- 1 pluie marine apaisante (20 min)
- 1 modelage sur mesure Sothys à la fleur d'oranger et bois de cèdre (50 min)

ÉVASION Orientale

JOUR 5

- 1 séance de chromothérapie aux huiles essentielles de menthe et d'eucalyptus (20 min)
- 1 modelage Inspiration Orientale de Sothys (50 min)
- 1 masque cocoon hydra-nourrissant de Sothys à la cannelle et au gingembre (30 min)

ÉVASION Thaïlandaise

JOUR 6

- 1 bain de mer aux sels marins (16 min)
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues (20 min)
- 1 modelage indonésien (50 min)

**Un expert référent est aux petits soins pour moi.
Il me guide pour prolonger mon expérience bien-être tout au long de mon séjour.**

* En chambre double standard, en basse saison. Voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Programme sous réserve de disponibilité.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



AVEC HÉBERGEMENT

4 à 6 jours

À partir de 4 jours /
12 soins dont 1 modelage
de 60 min par jour /
4 nuits en demi-pension

À partir de **926 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **166 €**
par jour et par personne

MODELAGE AUX HUILES
ESSENTIELLES



BAIN DE MER HYDROMASSANT



ENVELOPPEMENT AUX ALGUES



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39



Ma Pause Beauté Marine By Thalassa

Je veux rayonner et pétiller.

Détails du programme de soins

- 1 soin essentiel marin
- 2 soins esthétiques de 25 min
- 1 jour à 1h de soin esthétique en continu

JOUR 1

- Pluie marine
- Bien-être essentiel du dos (gommage, modelage et boue chauffante) 1 h

JOUR 2

- Bain de mer hydromassant
- Enveloppement Hydratant ou détox ou fucus
- Soin éclat immédiat Thalassa Sea & Skin

JOUR 3

- Endermo 2 zones 20 min (visage)
- Modelage sous pluie marine
- Soin visage regard intense



éclat

AVEC HÉBERGEMENT

1 à 3 jours

À partir de 1 jour /
3 soins par jour /
Chambre et petit déjeuner

À partir de **179 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **121 €**
par jour et par personne

BAIN DE MER HYDROMASSANT



PLUIE MARINE



MASSAGE BIEN-ÊTRE DU DOS



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39



Ma pause Excellence by Sothys

Je veux booster ma beauté.

Détails du programme de soins

- 1 soin essentiel marin
- 2 soins experts jeunesse et haute technologie

JOUR 1

- Soin visage détox-énergie
- Gommage corps 100% sur mesure
- Bain de mer lacté

JOUR 2

- Soin haute technologie Mésopor & kobido
- Soin jambes légères affinant ou drainant
- Modelage 100% sur mesure

JOUR 3

- Soin visage hydra 3ha
- Masque cocoon 100% sur mesure ou enveloppement fucus
- Modelage sous pluie marine



éclat

AVEC HÉBERGEMENT

1 à 3 jours

À partir de 1 jour /
3 soins par jour /
Chambre et petit déjeuner

À partir de **188 €*
par personne
en chambre double**

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **130 €
par jour et par personne**

SOIN VISAGE



MODELAGE SOUS PLUIE MARINE



MODELAGE



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



énergie

AVEC HÉBERGEMENT

1 à 3 jours

À partir de 1 jour /
2 soins par jour et
1 activité par jour
1 nuit avec petit déjeuner

À partir de **149 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **91 €**
par jour et par personne

BAIN DE MER HYDROMASSANT



MASSAGE HYDRORELAX



AQUATRaining MARIN



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

Ma pause vitaminée

Je veux me plonger dans le bien-être.

Faire le plein de vitamines et d'oligo-éléments
le temps d'un week-end.

Chaque jour

- 2 soins essentiels marins « welcome to the sea » programmés comme suit :
 - bain de mer hydromassant,
 - massage hydrorelax,
 - vague marine
 - enveloppement d'algues,
 - chromothérapie
- 1 activité coachée en bassin ou en extérieur** programmée comme suit :
 - automassage marin,
 - aquabiking,
 - aquatraining,
 - marche iodée

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.

** Séance réalisée en extérieur ou en bassin selon la météo
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



énergie

AVEC HÉBERGEMENT

4 à 6 jours

À partir de 4 jours /
4 soins par jour /
4 nuits en demi-pension

À partir de **794 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **141.50 €**
par jour et par personne

MODELAGE VITALITÉ



DRAINAGE MARIN



MARCHE IODÉE



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

Ma pause vitaminée

Je veux retrouver la forme durablement.

Bénéficier d'un équilibre parfait entre soins et activités, entre détente et dynamisme pour redonner à mon corps et mon esprit toute leur vitalité. Prendre une grande bouffée d'air marin... et retrouver une énergie durable.

Me détendre

- 2 modelages comme suit :
 - dos - jambes,
 - vitalité

Me régénérer

- 8 soins essentiels marins dont 1 drainage marin
- 2 enveloppements reminéralisants

Renforcer mon corps

- 4 activités coachées en bassin ou en extérieur** programmées comme suit :
 - automassage marin,
 - aquabiking,
 - aquatraining,
 - marche iodée

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.

** Séance réalisée en extérieur ou en bassin selon la météo
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Ma pause ma'ligne

Je veux m'affiner et me tonifier.

La minceur, ce n'est pas qu'une question de poids. C'est aussi une peau lisse, des muscles fuselés, une taille dessinée...

Faire le point et préparer ma peau

- Rendez-vous coaché pour un séjour de 6 jours uniquement
- 1 gommage sous pluie marine

Me dépenser & me tonifier

- 4 activités coachées en bassin ou en bord de mer** programmées comme suit :
 - automassage marin,
 - aquabiking,
 - aquatraining,
 - marche iodée
 - réveil musculaire

Affiner & remodeler ma silhouette

- 6 soins essentiels marins minceur programmés comme suit :
 - soin jambes affinant,
 - drainage marin,
 - bain de mer hydromassant,
 - chromothérapie,
 - pluie marine
 - vague marine sculptante
- 2 enveloppements fucus
- 2 séances de lipomodélage corps zones express (20 min)

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.

** Séance réalisée en extérieur ou en bassin selon la météo
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



AVEC HÉBERGEMENT

4 à 6 jours

À partir de 4 jours / 4 soins
+ 1 rendez-vous expert /
1 bilan coaché
4 nuits en demi-pension

À partir de **870 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **152 €**
par jour et par personne

BAIN DE MER HYDROMASSANT



ENVELOPPEMENT MINCEUR



ACTIVITÉ COACHÉE



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39



Ma pause bien-être du DOS

Je veux me soucier de mon DOS,
lever les tensions et préserver ma santé

Détails du programme de soins

- 4 soins essentiels marins dont une activité coachée ciblée

JOUR 1

- Gommage sous pluie marine
- Bain de mer hydromassant
- Vague marine
- 1 modelage dos ou zen

JOUR 2

- Marche iodée - réveil musculaire
- Chromothérapie
- Enveloppement réminéralisant
- Drainage marin

JOUR 3

- Bien-être essentiel dos (2 soins)
- Massage hydrorelax
- Bain de mer hydromassant

JOUR 4

- Vague marine
- Modelage sous pluie marine
- Automassage marin relaxant
- Enveloppement réminéralisant

JOUR 5

- Marche iodée - réveil musculaire
- Drainage marin
- Modelage hanakasumi
- Pluie marine

JOUR 6

- Automassage marin énergisant
- Modelage sous pluie marine
- Chromothérapie
- Masque cocoon 100% sur mesure

* En chambre double standard, en basse saison, voir détails et conditions sur spa.accor.com.
Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



récupération

AVEC HÉBERGEMENT

4 à 6 jours

À partir de 4 jours / 4 soins
4 nuits en demi-pension

À partir de **910 €***
par personne
en chambre double

SANS HÉBERGEMENT

À partir de **660 €**
pour 4 jours et par personne

VAGUE MARINE



MODELAGE DOS



DRAINAGE MARIN



PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

DÉTAILS DES SOINS
PAGE 38 - 39

Thalassa

SEA & SKIN

Découvrez notre gamme de cosmétiques et soins à base d'actifs marins végétaux, naturelle et fabriquée en France.



Hydratants, purifiants, énergisants ou régénérants, nos produits sont adaptés à tous les types de peau et à tous les besoins.

Nos formules sont sans parabènes, sans huiles minérales ni actifs d'origine animale.



ÉCUME HYDRATANTE

Une pause douce et légère pour un confort et une hydratation optimale.

BRISE PURIFIANTE

Une pause quotidienne pour votre visage, vivifiante et oxygénante.



VAGUE RÉGÉNÉRANTE

Une pause dans le temps, pour une efficacité anti-âge et anti-stress

EMBRUNS ÉNÉRGISANTS

Une pause stimulante et revitalisante pour le corps et l'esprit.





Nos marques partenaires

 **SOTHYS**
PARIS

Sothys se distingue par un engagement puissant dans la recherche et l'innovation et s'impose comme marque détentrice et reconnue par son expertise esthétique d'avant-garde. Chaque soin est qualifié par la gestuelle de l'esthéticienne et par des produits cosmétiques aux diverses senteurs.

Les soins à la carte

Tous les soins Spa & Beauté sont proposés à la carte, seuls ou en complément de votre programme de soins : soins spa visage & corps, modelages, activités coachées, tendances du lâcher-prise...

Nous vous proposons de vivre une expérience qui allie efficacité et plaisir, un moment de beauté et de bien-être exceptionnel.

Vous serez l'objet de toutes nos attentions.

**Réservez vos soins Spa & Beauté à l'avance,
pour plus de choix +33 (0)4 94 38 14 17
www.spa.thalassa.com**

Notre carte de soins ainsi que nos Experts
seront là pour vous guider.



Bon cadeau & bon pour moi

Journées thalasso, rituels Spa ou soins à la carte, offrez un moment privilégié à ceux que vous aimez. Choisissez parmi nos soins ou définissez un montant pour votre bon cadeau à partir de 25 €.

(Bons valables 1 an)

Commandez directement sur www.bon-cadeau.thalassa.com ou au +33 (0)4 94 08 54 21

Lexique des soins

Les essentiels de thalasso

Inspirer. Expirer. L'essence de la thalasso est là. Laisser la mer prendre soin de moi et découvrir son incroyable pouvoir de régénération.

Les essentiels marins

PLUIE MARINE

Déferlante iodée. Vous êtes allongé(e) sur le ventre et une fine pluie d'eau de mer balaie votre corps. Cette bruine iodée a une action apaisante sur vos terminaisons nerveuses. Soins recommandés en cas de grande fatigue.

BAIN DE MER HYDROMASSANT

Détente marine. Dans un bain d'eau de mer chauffée, votre corps est parcouru de jets multiples de la plante des pieds jusqu'aux trapèzes. Vos muscles se décontractent et votre esprit s'évade.

CHROMOTHÉRAPIE

Vapeur et couleurs. Allongé dans un cocon, une diffusion de vapeur parfumée à l'eucalyptus vous enveloppe d'une douce chaleur associée à un faisceau de lumière rouge ou bleue selon votre envie. Ils agissent positivement sur votre humeur et votre détente.

Les modelages et enveloppements marins

Je fais de chaque modelage un moment unique, mon moment !

DRAINAGE MARIN

Modelage avec jet sous-marin. Dans un bain d'eau de mer chauffée, l'hydrothérapeute vous masse le corps à l'aide d'un jet. Elle insiste sur vos articulations, vos muscles pour les décontracter. On cible les zones de stockage pour un effet drainant et une action anti-cellulite.

VAGUE MARINE

Déferlante iodée. L'hydrothérapeute modèle votre corps avec un jet d'eau de mer. La température et la pression sont réglées selon l'effet recherché, car ce soin précis stimule la circulation et sculpte la silhouette.

ENVELOPPEMENT D'ALGUES

Cocktail d'actifs et de minéraux. Algues laminaires pour reminéraliser. Dans un cocon de crème d'algues, votre peau et votre organisme font le plein d'actifs minéraux et d'oligo-éléments.

MASSAGE HYDRORELAX

Délassement musical sur matelas massant. Allongé sur un matelas d'eau votre corps est massé et relaxé par deux jets d'eau adaptés, des chevilles aux trapèzes. Une relaxation musicale à choisir vous accompagne et vous invite à un agréable lâcher-prise.

Les essentiels bien-être

SOIN JAMBES LÉGÈRES

Drainage lymphatique. Vos jambes sont enveloppées de bottes alternant compression et décompression pour stimuler le retour veineux en favorisant l'élimination des toxines.

SOIN JAMBES AFFINANT

Drainage minceur. Vos jambes sont préalablement enveloppées dans une bande d'actifs minceur puis de bottes alternant compression et décompression pour combattre l'effet cellulaire et la peau d'orange par un drainage lymphatique mécanique.

ENVELOPPEMENT D'ALGUES AU FUCUS

Algues fucus pour affiner. Dans un cocon de crème d'algues au fucus, votre peau se régénère et s'affine grâce aux actifs marins riches en sels minéraux et oligo-éléments.

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE

Le velours du geste. Vous êtes allongé(e) sur le ventre et une fine pluie d'eau de mer balaie votre corps, accompagnée d'un modelage expert sur l'ensemble du corps. Cette bruine iodée a une action apaisante sur vos terminaisons nerveuses. Soins recommandés en cas de grande fatigue.

Les activités coachées

Bouger, se défouler, respirer... Sur la plage, au studio moov & zen ou en bassin d'eau de mer !

EN BASSIN D'EAU DE MER / doux renforcement musculaire

Aquabike, aquatraining, cross swim training, float fit training, sea water circuit training... quel que soit mon niveau, mon coach adapte les exercices à mon besoin et me transporte dans une expérience de sport plaisir.

AUTOMASSAGE MARIN / énergisant, sculptant ou relaxant

Me plonger dans un bassin d'eau de mer chauffée, réaliser des exercices contre le courant d'un jet, guidé par un professionnel et m'offrir une expérience unique et bienveillante qui réunit tous les bienfaits de la thalasso.

MICRO-SIESTE / secret de vitalité

Dissiper ma fatigue et ma tension nerveuse grâce à des exercices de respiration, d'automassage et d'apprentissage de la micro-sieste et récupérer mon énergie en quelques minutes.

AQUABIKING

Vélo immergé. Dans la piscine d'eau de mer chauffée votre tonus sera sollicité pour cette séance coachée. Sur un vélo immergé, vous effectuez des exercices pour brûler les calories et resculpter la silhouette.

EN BORD DE MER / sensations iodées

Beach run, beach walk, mind body walk, sea sand training... mon coach utilise la plage et les dunes pour me faire vivre une expérience ludique en pleine nature et m'invite à prendre un bon bol d'air iodé.

SEA SAND TRAINING / sur le sable et dans l'eau

Retrouvez nous sur la plage pour cette agréable activité de plein air. Une vraie bouffée d'air pur iodé et une marche sur le sable et dans l'eau pour stimuler le retour veineux tonifier les jambes par un travail sur les articulations une reflexologie plantaire pour retrouver des jambes toutes légères et un meilleur souffle.

AQUATRaining MARIN

Renouez avec la mer en face de la thalasso notre coach sportif anime une activité ludique au travers d'une course de marche et d'exercices soutenus pour renforcer l'ensemble des muscles du corps et acquérir un meilleur équilibre.

EN STUDIO / efficacité absolue

Méditation-relaxation, total body gym, Yin Yang Yoga... mon coach utilise les techniques actuelles et me fait vivre une expérience plaisir efficace, adaptée à mon niveau.

REIKI

Formidable énergie d'évolution personnelle, physique et énergétique. Cette énergie qui part des mains de la praticienne se répand dans le corps selon les besoins de celui-ci et renforce sa capacité d'auto-guérison et de défense de l'organisme.

RÉHARMONISATION ÉNERGÉTIQUE

Une technique d'interrogation du corps qui permet de mieux comprendre nos réactions et nos comportements face aux événements de la vie. Aide à révéler les causes enfouies de nos difficultés, à identifier et rééquilibrer les énergies perturbées.

Les soins innovants de Hyères

RITUEL EXCELLENCE SECRET

Un moment divin de relaxation profonde du corps et du visage pour une efficacité durable.

MESOPOR

Traitement innovant qui permet la pénétration d'actifs anti-âge pour un double effet liftant.

Les soins Signature de Hyères

RITUEL BALINAIS

Pur bonheur. Rituel développé grâce à notre modelleur balinais et inspiré tout droit de sa culture indonésienne pour favoriser l'évasion du corps et de l'esprit au travers d'influences chinoises, thaïlandaises et indiennes.

MICRO SIESTE / secret de vitalité

Dissiper ma fatigue et ma tension nerveuse grâce à des exercices de respiration, d'automassage et d'apprentissage de la micro sieste et récupérer mon énergie en quelques minutes.

MODELAGE PLANTAIRE

Petite reflexologie en 25 minutes. Ce modelage stimule vos zones réflexes pour aider le corps à mieux s'oxygéner.

En période de pandémie, par précaution, certains soins peuvent être soumis à évolution ou remplacés, en fonction des protocoles sanitaires. Par exemples : Vague marine, gommage ou modelage sous pluie marine.

SHTCV (Société Hôtelière et Thalassothérapie de la Côte Varoise) - Siège Social : Allée de la mer - La Capte 83400 Hyères - SA au capital de 10 912 500 euros - TVA : FR 51 382 462 380 RCS Toulon 92 B 00567 SIRET : 382 462 380 000 25 Code NAF 5510Z - Code Naf : 5510Z - Crédits photos : Photothèque Accor-DR, @by WilliamK, Abacapress/Cyril Chauvin, @by WilliamK/LaClef, Pixland, NKS_Imagery/GettyImages, @LaClefProduction, @ Image Source/Corbis, @Image Source/Getty, Stock4B/GraphicObsession, Andresr/GettyImages, Olivier Cadeaux/Fancy/GraphicObsession, Astra Production, Cavan Images/Offset_com, @Maud Delaflotte, Westend61/GettyImages, @Jean-Charles Gigonnet & @William Kerdoncuff, Imgorhand/GettyImages, @JC-Gigonnet, Mosuno Media/Westend61/Offset_com, Lion Fei/Offset_com, Clique Images/GettyImages, PeopleImages/GettyImages, @Studio-end, Quentin Lagache/Unsplash - Photos non contractuelles - Réalisation : D.H.C - Imprimée en France.

PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)4 94 38 67 32
spa.accor.com

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.