

RELAIS THALASSO

- ÎLE DE RÉ -

LA MER
PREND SOIN
DE VOUS

À l'Île de Ré...

ÉDITION 2023

2023

CAP VERS UNE THALASSO ÉCO-RESPONSABLE

Le RELAIS THALASSO Île de Ré souhaite proposer à sa clientèle locale et touristique, sensible à la fragilité écologique, une autre manière de voyager et s'est donné comme mission ambitieuse mais porteuse de sens de devenir :
LA PREMIÈRE THALASSO ÉCO-RESPONSABLE DE FRANCE.



Jean-Pascal
Philippeau
Président Directeur Général
des RELAIS THALASSO

Anne
Philippeau - Kerbr
Vice-Présidente
des RELAIS THALASSO

UNE DÉMARCHE RSE GLOBALE
SINCÈRE ET FORTE EST PORTÉE
PAR TOUTES LES ÉQUIPES DU
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ.

“MER'SEA

UNE DIMENSION ÉCOLOGIQUE

SANS TOUCHER À L'AUTHENTICITÉ DU SITE

LA MISSION DU RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ :

Devenir l'établissement pilote du groupe RELAIS THALASSO qui fait de la Responsabilité Sociétale des entreprises une stratégie entrepreneuriale.

L'OBJECTIF

Révéler le meilleur de la destination et des bienfaits de la thalasso tout en intégrant une dimension écologique et éthique dans l'ensemble des actions et rénovations conduites sur le site.

CONCRÈTEMENT, CELA SE TRADUIT PAR :

- Une restauration durable avec la Mer pour signature
- Une technologie innovante et vertueuse pour le chauffage du centre de thalassothérapie
- La lutte contre le gaspillage alimentaire en favorisant la démarche zéro déchet
- Favoriser la biodiversité en protégeant le littoral
- Enclencher la sobriété numérique
- Favoriser la mobilité douce

3 GRANDES ÉTAPES

<p>JANVIER 2022</p> <p>RESTAURANTS ET ESPACES VERTS</p>	<p>JANVIER 2023</p> <p>HÉBERGEMENT ET TRANSITION ÉNERGÉTIQUE</p>	<p>JANVIER 2024</p> <p>THALASSOTHÉRAPIE</p>
--	---	--




Découvrez
notre engagement
responsable
en vidéo

NOS LABELS



LA RÉGION P.06

NOTRE PHILOSOPHIE SANTÉ P.08

L'HÔTEL P.10

LA MER EST UN TRÉSOR P.18

LES ÉVASIONS IODÉES P.22

LES MINI TRANSATS P.40

LES WEEK-ENDS ET JOURNÉES P.46

LES PLUS BEAUX SOINS P.48

La famille Phélippeau



1 famille | 4 générations

NOTRE HISTOIRE

LE SOIN MARIN EN HÉRITAGE

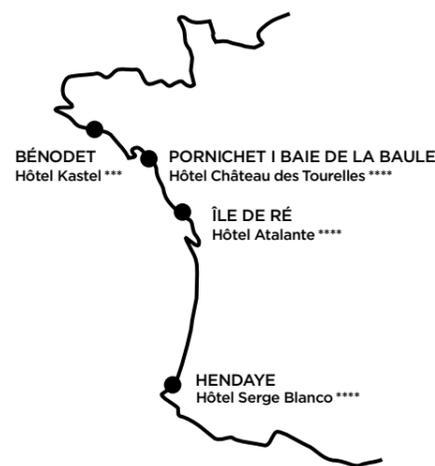
Fascinée par les propriétés du milieu marin depuis plus de 30 ans, notre famille développe une approche innovante du bien-être enrichi par la mer : le SEA-WELLNESS.

Cette approche holistique s'appuie sur la connaissance des vertus millénaires de l'eau de mer acquise au fil des années. Elle perpétue la tradition familiale et réinvente le soin marin. Nous nous entourons de scientifiques et thérapeutes qualifiés pour répondre à l'évolution permanente des besoins en matière de bien-être et de santé.

Pornichet



Bénodet



OÙ AVONS-NOUS JETÉ L'ANCRE ?

LA PROMESSE D'UNE ESCAPADE UNIQUE

Nos quatre RELAIS THALASSO vous invitent à choisir l'expérience SEA-WELLNESS qui vous ressemble le plus. Quatre lieux d'exception, quatre façons de lâcher prise en larguant les amarres...

Pour une semaine, un week-end, une journée... appuyez sur "pause" et laissez la magie des lieux opérer. Enveloppés d'embruns, baignés par la mer, en osmose avec les éléments, nos espaces font oublier l'agitation du monde pour se connecter à la puissance de la mer et s'y recharger en profondeur.

Ile de Ré

Hendaye



TERRE DE LIBERTÉ

L'ÎLE DE RÉ

UNE DÉFERLANTE DE BIENFAITS

L'île de Ré est un rendez vous merveilleux avec la mer pour se remettre à flots. La douceur de son climat est propice à la balade et à l'activité physique. En passant par les plages, les villages, découvrez son patrimoine local à pied ou à vélo.

Entièrement tourné vers la mer et entouré de vignes, niché sur son ruban de sable fin, l'établissement offre une parenthèse régénérante dans votre quotidien. L'air marin confère au lieu une atmosphère pure et tonifiante pour une oxygénation à pleins poumons. Il est temps de respirer !



LE SEA WELLNESS

LA SIGNATURE
D'UN BIEN-ÊTRE
TOTAL

*Mieux Bouger
Mieux Manger
Mieux Dormir
Mieux Être*

W COMME WELLNESS

Bien plus que des mots, le SEA-WELLNESS est un véritable état d'esprit. Il incarne une philosophie globale du bien-être associée aux bienfaits de la mer : mieux bouger, mieux dormir, mieux manger, pour mieux être.

Des piliers essentiels pour retrouver son équilibre au contact de la mer et puiser son énergie à la force des éléments. Une signature unique en thalassothérapie pour une expérience enrichie autour de l'activité physique, l'équilibre alimentaire et le bien-être mental qui permet une reprogrammation totale corps et esprit.



CAP SUR

UN PETIT PARADIS

LES PIEDS DANS LE SABLE

Le RELAIS THALASSO Île de Ré est un paradis au paradis. On y vient pour se détendre, se faire du bien, se régaler et l'on s'y sent chez soi grâce à l'esprit Wellness du lieu. Il n'y a plus qu'à se laisser porter, les équipes chaleureuses et bienveillantes feront de votre séjour une plongée dans l'océan du bien-être.

Avec sa vue à couper le souffle, le Loofa Bar de l'espace thalasso est un lieu unique qui s'apprécie à chaque moment de la journée et à toutes les saisons. Déjeuner vitaminé et gourmand, apéritif Wellness au bord de l'eau, sa cuisine saine et savoureuse saura ravir tous les palais.



Découvrez le
RELAIS THALASSO
Île de Ré en vidéo

*Plaisir d'un bain d'eau de mer
chauffée en extérieur*



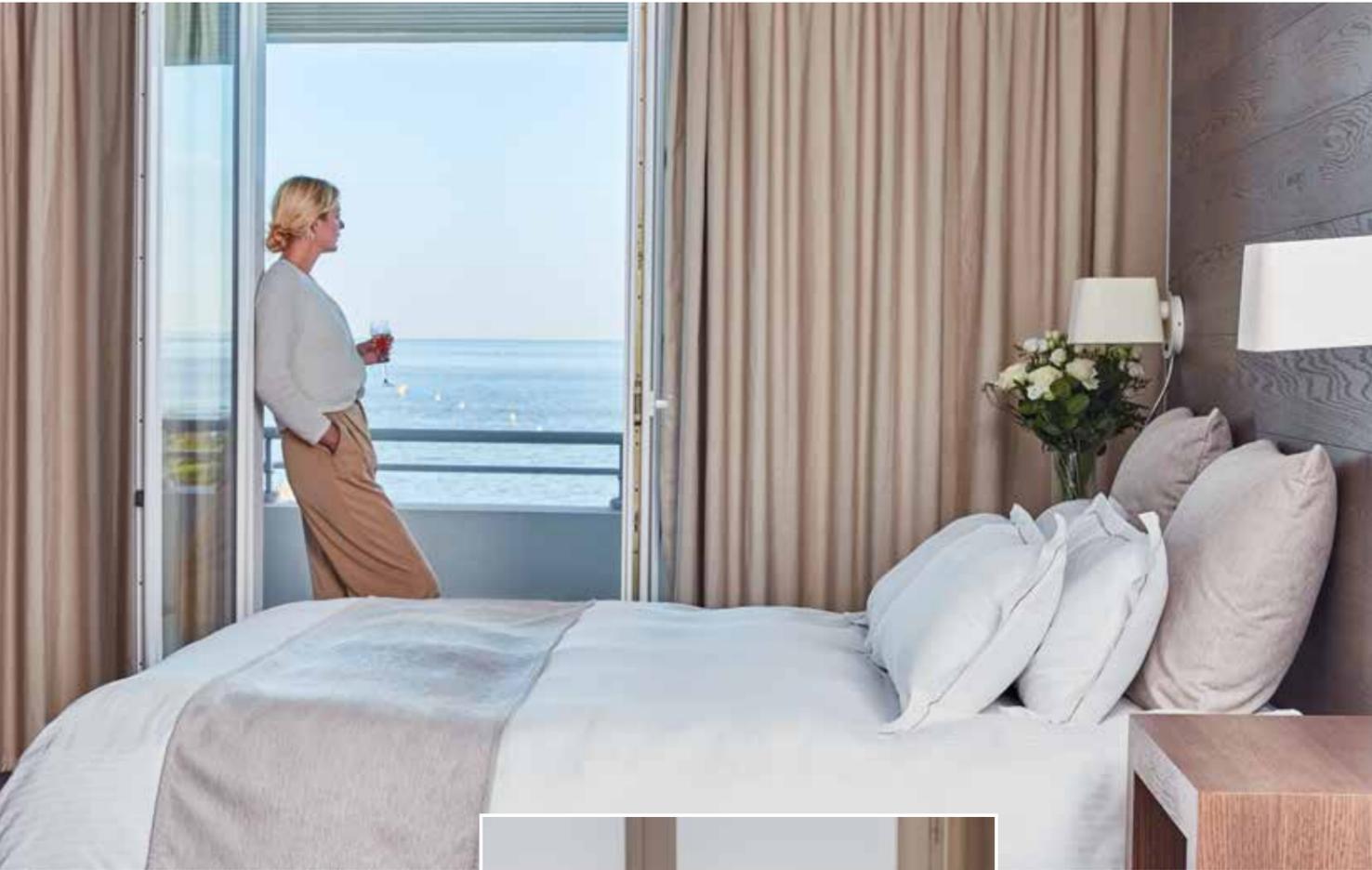
Situé à deux pas du Loofa bar, notre magnifique bassin d'eau de mer, chauffé à 28° est dédié à votre bien-être et aménagé de transats et canapés pour un moment de détente absolue.

Installez-vous les pieds dans le sable, et profitez au soleil, de notre vue incroyable sur la mer.



Vue imprenable sur l'océan de notre nouveau rooftop





LA MER VEILLE SUR VOTRE SOMMEIL

LA MER POUR HORIZON

La qualité de votre sommeil est une des clés du SEA-WELLNESS, c'est pourquoi nous nous associons à l'air marin pour vous assurer le meilleur des repos.

Nos chambres cosy, lumineuses et calmes, aux couleurs délicates et apaisantes, ont été pensées pour vous aider à améliorer votre sommeil. Elles sont équipées d'une literie de grand confort, de deux types d'oreillers : confort ou moelleux et d'un coffret à tisanes.

“
**LES VAGUES
DU SOMMEIL
VOUS EMPORTENT**

Nos chambres disposent toutes d'une vue sur l'océan ou sur les vignes pour vous imprégner de l'atmosphère marine et naturelle de l'Île de Ré.
Dans ces berceaux d'air pur, le ressac des vagues berce votre sommeil jusqu'au bout de la nuit.

Le restaurant Atalante



NOS TABLES GOURMANDES

LA MER POUR INSPIRATION

Face à l'océan, le restaurant Atalante et le Loofa bar, vous invitent à redécouvrir le plaisir d'une cuisine inspirée par la mer : saine, équilibrée et savoureuse.

Nous vous proposons une carte gourmande, composée de produits iodés aussi bien végétaux que marins, dont nous marions les saveurs aux légumes de saison. Notre cuisine locavore fait la part belle au végétal, et nous offre une expérience gustative riche en micronutriments et oligo-éléments pour mille et un bienfaits et autant de plaisirs.

GREEN & GOOD



Fer de lance de notre entreprise responsable, le restaurant Atalante a tout mis en œuvre depuis 2 ans pour obtenir le très prestigieux et ambitieux, Green Label Food, que tous les chefs étoilés s'attachent.

Une preuve, avec cette consécration, qu'enchanter ses papilles en respectant son environnement, est chose possible.



PETIT-DÉJEUNER BIO ET LOCAL

Notre petit-déjeuner est une expérience à part entière. Entre gourmandises, mets salés et produits frais, sous le signe du SEA-WELLNESS, il y en a pour tous les goûts..



COOKING VITAMINÉ

Pour un déjeuner vitaminé et gourmand, un apéritif Wellness au bord de l'eau, la cuisine saine et savoureuse du Loofa saura ravir tous les palais.



CUISINE WELLNESS

Une gastronomie saine aux saveurs authentiques, un «savoir-manger» qui n'ôte rien au plaisir. Le plus : un menu diététique établi avec notre diététicienne-nutritionniste est disponible sur réservation (avec ou sans supplément suivant votre programme de cure).



ÉCHAPPÉE EN MER

Chaque mercredi soir, vos papilles prennent le large avec les plateaux de fruits de mer d'exception du restaurant. Sur réservation et avec supplément.



BRUNCH'ÎLE

Chaque dimanche, le restaurant Atalante ouvre ses portes à tous les gourmands pour des brunchs délicieux et locaux aux quatre saisons, avec l'Océan en toile de fond.



Découvrez notre carte de saison

UNE CUISINE LÉGÈRE ET SAVOUREUSE



“

CUISINE FRAÎCHE, LOCALE ET DE SAISON POUR MIEUX MANGER



Découvrez le restaurant en vidéo avec Florence notre Responsable Restauration

WELLNESS

ACCESS

LE SPA MARIN

UNE VAGUE DE DÉTENTE VOUS INONDE

Un océan bien-être vous attend dans notre espace forme et détente. Profitez des bienfaits d'une eau de mer chauffée et de nos infrastructures entièrement rénovées. Vivez une expérience où corps et esprit retrouvent leur complémentarité et se mettent à l'unisson.

Accès au spa marin offert pour les clients de l'Hôtel Atalante.

SPA MARIN

- piscine intérieure chauffée à plus de 30°
- banquettes et transats bouillonnants
- jets massants
- piscine extérieure d'eau de mer chauffée à plus de 28°
- hammam et parcours sensoriel

AQUA-ACTIVITÉS*

Différentes aqua-activités vous sont proposées pour travailler votre énergie, votre souplesse ou votre cardio :

- aqua-training
- aqua-strech...

ACTIVITÉS MARINES*

- surf
- rando-paddle...

ACTIVITÉS TERRESTRES COACHÉES*

- balade nature
- marche nordique
- randonnée pédestre
- Tai-Chi
- yoga
- randonnée vélo

“
DE L'EAU,
DE L'AIR,
DE L'IODE !

Le parcours sensoriel



*sur réservation auprès de l'accueil thalasso et selon disponibilités.

LA MER EST UN TRÉSOR

Plus riche en actifs naturels que toute autre forme d'eau sur la planète, la mer est une source de vie que seule la nature peut offrir. Une "eau vivante", gorgée de la quasi-totalité des oligo-éléments et minéraux existants sur terre.

Un concentré de vie dont la composition entre en parfaite osmose avec le plasma sanguin et l'eau de nos cellules pour optimiser le métabolisme. Un pouvoir régénérant inégalé, pour construire aujourd'hui votre capital bien-être pour demain.

NOTRE CORPS, UNE GOUTTE D'OCÉAN

LA NATURE DEPUIS TOUJOURS, LE REMÈDE À NOS MAUX

Au contact de la mer, notre organisme se régénère et renforce son immunité, les voies respiratoires sont assainies, la circulation sanguine est stimulée et relance le système cardiovasculaire, l'esprit s'apaise et le sommeil se régule.

L'air marin opère aussi un effet booster sur nos fonctions vitales. Chargé d'oligo-éléments, d'iode et d'ions bénéfiques, il a une teneur en oxygène plus élevée qu'à l'intérieur des terres et contient cent fois moins de germes.

La mer est ainsi une véritable batterie naturelle pour le corps et l'esprit qui se rechargent à son contact.

LA MER POUR INSPIRATION

RELAIS THALASSO puise son inspiration dans le milieu marin pour infuser le meilleur de la mer dans ses soins.

Tout repose sur la reminéralisation, avec une eau de mer fraîchement puisée au large à chaque marée haute. Une ressource 100% biodisponible pour une assimilation sans effort par la peau.

Sélectionnés avec rigueur, nos boues marines, sels, algues regorgent de vertus thérapeutiques pour s'infiltrer par le tamis de la peau et renforcer les échanges avec la mer.

RALENTIR POUR MIEUX S'ACCOMPLIR

Nos rythmes fous nous éloignent de nous-même et de nos besoins... Ralentir est indispensable pour remettre du sens dans nos vies.

Au bruit berçant des vagues, au rythme lent des marées, la mer nous fait retrouver le chemin de l'essentiel en mode slow life. Elle infuse en nous sa lenteur bénéfique, nous invitant à respecter les rythmes biologiques, les saisons, les temps de "maturation". On prend le temps de souffler, d'être présent à ce que l'on pense, ce que l'on veut, ce que l'on vit.

LES BIENFAITS DE LA THALASSO

SE FAIRE DU BIEN AUJOURD'HUI POUR ÊTRE MIEUX DEMAIN

La thalassothérapie pratiquée chez RELAIS THALASSO est un moment pour soi dans un monde où il est facile de s'oublier. Une parenthèse pour relancer la machine et construire son capital bien-être.

Ses vertus thérapeutiques reposent sur une eau de mer qui, par effet d'osmose dès qu'elle est chauffée à température corporelle, permet aux actifs marins de pénétrer la peau pour réactiver les fonctions vitales et détendre les tensions. Elle est associée dans nos soins aux bienfaits des boues marines et des enveloppements d'algues pour un pouvoir reminéralisant, antalgique et relaxant en profondeur. La thérapie marine experte de RELAIS THALASSO rétablit ainsi durablement l'équilibre des terrains corporel et mental.

LES 7 BIENFAITS DE LA THALASSO

- 1 REMISE EN FORME OPTIMALE
- 2 AMÉLIORATION DE LA FONCTION SANGUINE
- 3 ÉLIMINATION DES TOXINES FAVORISÉE
- 4 RESPIRATION OPTIMISÉE
- 5 ACTION ++ SUR LES MUSCLES ET LES ARTICULATIONS
- 6 AMINCISSEMENT ET ÉCLAT DE LA PEAU
- 7 EFFET RÉGULATEUR SUR LE SOMMEIL

“ LES 4 ÉLÉMENTS MARINS :

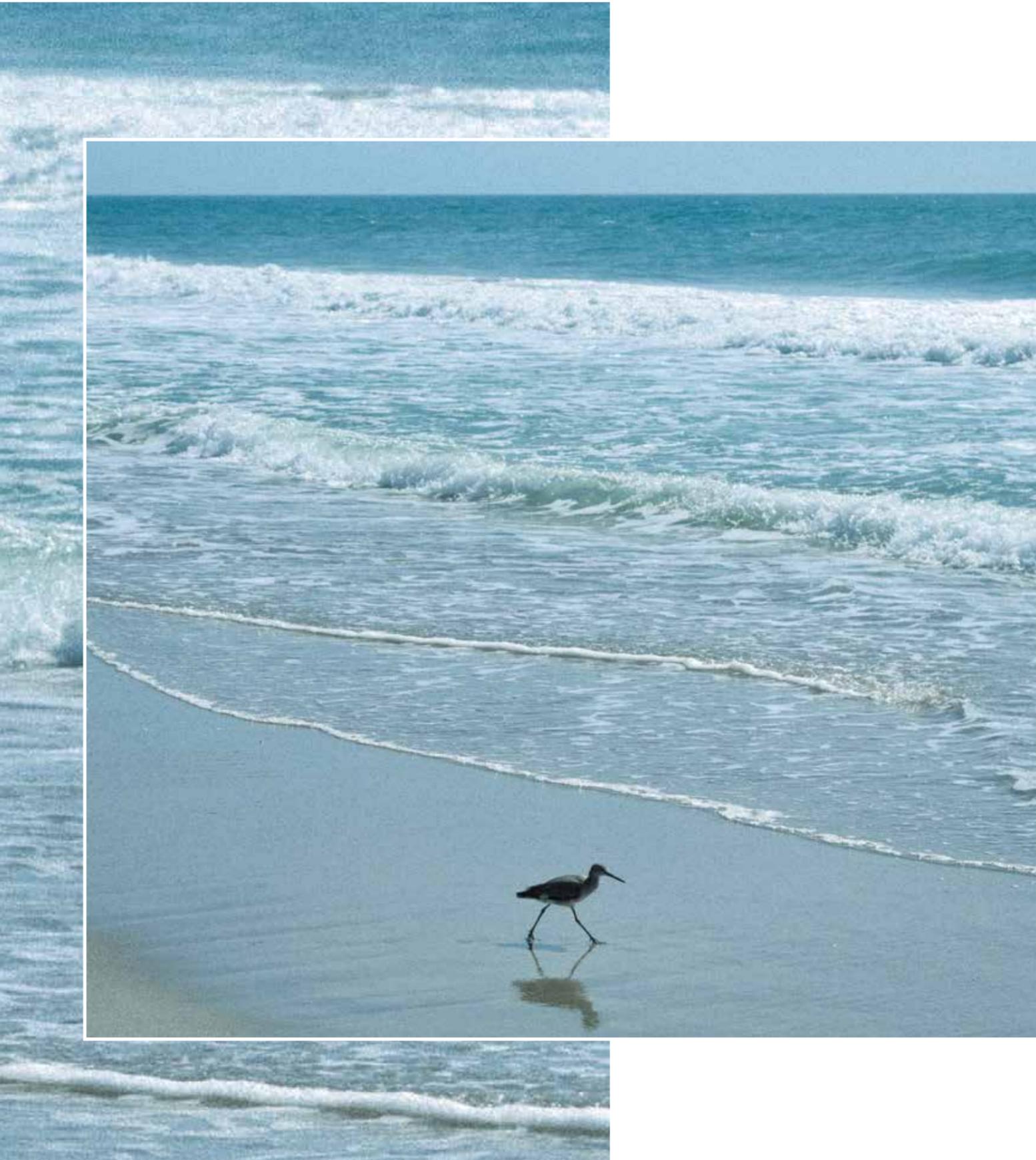
- L'EAU DE MER
- L'AIR MARIN
- LES ALGUES
- LES BOUES MARINES

“ LES 6 SOINS FONDAMENTAUX DE LA THALASSOTHÉRAPIE :

- LE GOMMAGE CORPOREL
- LE BAIN MARIN POLYSENSORIEL
- L'APPLICATION DE BOUES MARINES
- L'ENVELOPPEMENT D'ALGUES
- LE MASSAGE SOUS PLUIE MARINE
- LE JET MARIN MASSANT



Découvrez les bienfaits de la thalassothérapie



ÉVASIONS IODÉES

LE BIENFAIT BOOSTER D'UN LONG SÉJOUR

Donnez-vous du temps pour une intense recharge minérale qui inscrit ses effets sur la durée. 4 à 6 jours de soins, c'est le délai idéal pour laisser la mer prendre soin de vous.

4 à 6 jours seulement pour se défaire des mauvais réflexes et mettre en place une nouvelle routine, dynamiser son corps et lâcher prise sous les massages iodés ;
4 à 6 jours pour apprendre les bonnes pratiques du sport, retrouver de bonnes habitudes alimentaires en demi-pension, booster son immunité à la force des éléments.

Embarquer pour une "évasion iodée", c'est ressentir l'appel du large à se faire du bien aujourd'hui pour être mieux demain. Alors welcome on board.

DÉCOUVREZ NOS ÉVASIONS IODÉES :



HARMONIE
CORPS & ESPRIT



REMISE EN FORME



THALASSO & SPA



BEAUTÉ & SPA



PREMIUM SANTÉ
THALAVIE



RECRÉER UN BIEN-ÊTRE PHYSIQUE ET MENTAL

PAUSE CORPS & ÂME

4 JOURS | 4 NUITS | 16 SOINS

Reconnecter son corps et son esprit en s'accordant une pause. Ce séjour est idéal pour vous offrir des moments de décompression et retrouver un équilibre physique et mental.

À PARTIR DE 1 465 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 899 € par pers.

NOUVEAUTÉ
2023

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



“

PRENDRE LE TEMPS
DE SOUFFLER

VOS BÉNÉFICES

Alternant soins de thalassothérapie revivifiants et soins de détente profonde, ce séjour vous permet de retrouver le chemin de l'essentiel et votre rythme biologique. Vous regagnez par cette parenthèse force mentale et énergie.

12 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- jet marin massant
- bain marin reminéralisant
- enveloppement d'algues de l'Île de Ré
- massage sous pluie marine
- lit hydromassant
- maqam

4 SOINS EXPERTS DE DÉTENTE PROFONDE

- 1 séance de Sophrologie
- 2 séances de Yoga
- 1 massage détente des pieds

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

☺ 1 balade nature avec notre guide local (sur réservation - supplément 30€)

🕒 Arrivée possible tous les jours

W Wellness access (p. 16)



BIEN-ÊTRE OU LOISIRS POURQUOI CHOISIR ?

LIBERTÉ

5 JOURS | 5 NUITS | 15 SOINS

Ce séjour est idéal pour découvrir la thalassothérapie et s'initier à ses bienfaits. Grâce à un programme équilibré alliant détente et soins vivifiants, profitez du meilleur de la thalassothérapie à votre rythme, sans contrainte et selon vos désirs.

À PARTIR DE 1 373 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 609 € par pers.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



“

DÉCOUVREZ LA
THALASSOTHÉRAPIE

VOS BÉNÉFICES

Très vite vous ressentez l'énergie revenir. Ce programme de remise en forme, à l'écoute de vos besoins, vous permet de découvrir tous les bienfaits de la thalassothérapie sans renoncer à votre programme de loisirs. Repos, détente et plaisir garantis.

10 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- lit hydromassant
- jet marin massant
- massage sous pluie marine
- enveloppement d'algues
- application de boues marines

5 AQUA-ACTIVITÉS PARMIS

- aqua-training
- aqua-stretch

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

⊕ Pour votre bain à la maison, nous vous conseillons de tester les cristaux marins, que vous trouverez en boutique

🕒 Arrivée possible tous les jours

W Wellness access (p. 16)

☺ Louez un vélo à l'accueil pour visiter l'Île de Ré lors de vos demi-journées libres



JETEZ-VOUS À L'EAU

ESSENTIELLE

6 JOURS | 6 NUITS | 24 SOINS

C'est dans les propriétés vivifiantes de la mer que ce programme de thalassothérapie complet puise toute son efficacité. Nous avons sélectionné les soins les plus performants pour vous assurer une reminéralisation intense et une décontraction profonde.

À PARTIR DE 1753 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 898 € par pers.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



“
RESSENTEZ
L'ÉNERGIE
REVENIR

VOS BÉNÉFICES

Fantastique bain de jouvence pour votre métabolisme, ce programme est un véritable booster pour votre organisme. Vous puisez dans l'eau de mer et l'air iodé tous les minéraux qui vous manquent. Vous retrouvez votre pleine forme et ce, durablement.

18 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- jet marin massant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues
- application de boues marines
- massage avec ou sans pluie marine

6 ACTIVITÉS PARMIS

- aqua-activités
- sophrologie
- balade nature

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

⊕ Profitez de nos semaines à thèmes (p. 52)

🕒 Arrivée possible tous les jours

W Wellness access (p. 16)

😊 Nous vous recommandons pendant votre séjour : séances de hammam



LE MEILLEUR DE LA REMISE EN FORME

PLÉNITUDE

6 JOURS | 6 NUITS | 24 SOINS INDIVIDUELS

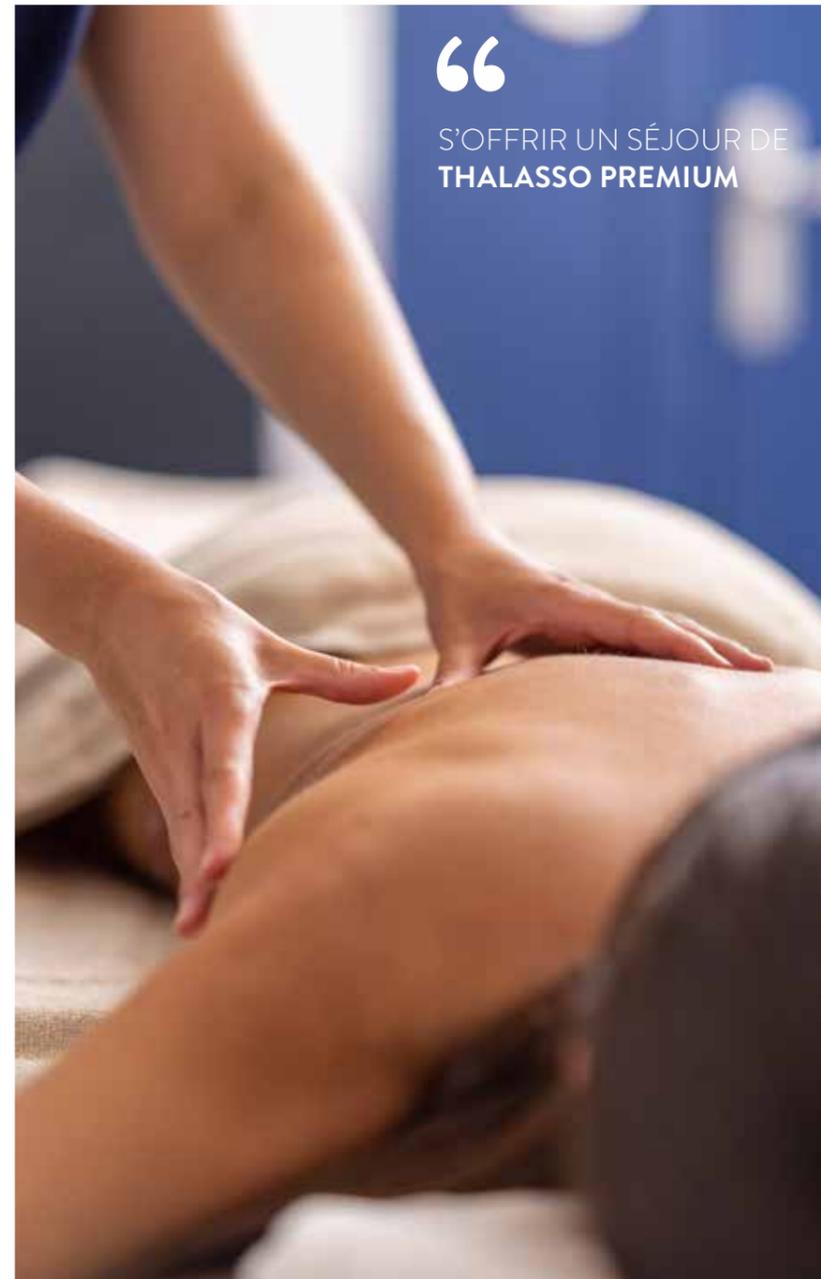
S'appuyant sur plus de 30 ans d'expertise, ce programme signature est la quintessence de notre philosophie santé : le sea-wellness pour une détente profonde et une remise en forme optimale.

À PARTIR DE 2 105 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 159 € par pers.

SÉJOUR SIGNATURE
RELAIS THALASSO

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



“

S'OFFRIR UN SÉJOUR DE
THALASSO PREMIUM

VOS BÉNÉFICES

24 soins individuels et experts vous accompagnent vers un bien-être durable et intense. Vous repartez rechargé en énergie et en sérénité après 6 jours consacrés à votre équilibre.

18 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- jet marin massant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues
- application de boues marines
- massage sous pluie marine

2 SOINS EXPERTS

- 1 soin visage Essentiel (50 min)
- 1 massage détente des pieds (20 min)

4 MASSAGES PARMIS

- 1 réflexologie plantaire (20 min)
- 1 massage de relaxation (20 min)
- 1 massage détente des pieds (20 min)
- 1 massage crânien Toumokale (20 min)

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

⊕ Testez le masque Intemporel à retrouver en boutique

W Wellness access (p. 16)



LE PROGRAMME QUI VOUS RESSEMBLE

CARTE BLANCHE

5 JOURS | 5 NUITS | 15 SOINS INDIVIDUELS

Avec ce tout nouveau programme à la carte, nous nous adressons à tous ceux qui souhaitent un programme sur-mesure. Dès votre arrivée vous pouvez établir votre programme de soins de thalassothérapie personnalisé au jour le jour. Soins doux ou plus toniques, régénérants ou détendants, faites-vous plaisir en vous faisant du bien.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance

À PARTIR DE 1 883 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 009 € par pers.

“
À L'ÉCOUTE
DE VOS ENVIES

VOS BÉNÉFICES

Ce programme à l'écoute de vos envies et dédié à votre plaisir, vous apporte un bien-être optimal. Destiné aux initiés de la thalassothérapie, ce séjour Carte Blanche vous permet de créer un programme à l'écoute de vos envies, pour un plaisir renforcé et un bien-être retrouvé.

10 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- jet marin massant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues
- application de boues marines
- massage sous pluie marine

5 SOINS SPA DE 50 MIN PARMIS

- massage Californien
- massage Synergie Marine
- massage crânien Toumokaké
- escale Détente du dos
- réflexologie énergétique
- soin du visage Essentiel
- total minceur
- massage Ré Harmonie

**LES +
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ**

- 🕒 Arrivée possible tous les jours
- W Wellness access (p. 16)



ENVIE D'AILLEURS ET DE BIEN-ÊTRE

MASSAGES DU MONDE

6 JOURS | 6 NUITS | 24 SOINS INDIVIDUELS

Au programme de cette évasion salubre et éminemment relaxante, des soins de thalasso et de longs massages. Explorez les nombreuses techniques bien-être du monde entier et voyagez sans limite grâce à notre sélection de soins spa inspirés des différents continents. Chaque jour sera une évasion, une détente absolue.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance

À PARTIR DE 2 318 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 499 € par pers.

“
UNE VÉRITABLE
ÉVASION

VOS BÉNÉFICES

Combinés aux soins d'eau de mer, les massages spa libèrent le corps de vos tensions. vous repartez, ressourcé, détendu et l'esprit léger.

16 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- jet marin massant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues
- application de boues marines
- massage sous pluie marine

2 SOINS EXPERTS

- 1 massage musculaire profond avec ostéopathe
- 1 soin du visage Expert (50 min)

6 MASSAGES PARMIS

- massage Californien (50 min)
- massage Ré Harmonie (50 min)
- réflexologie plantaire énergétique (50 min)
- massage détente des pieds (20 min)
- massage de relaxation (20 min)
- massage crânien Toumokaké (50 min)

**LES +
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ**

- ⊕ Testez le masque Express Jeunesse à retrouver en boutique
- W Wellness access (p. 16)
- 🕒 Arrivée possible tous les jours
- 😊 Laissez-vous tenter par un soin visage «Shiatsu lumière visage»



OBJECTIF MASSAGES ET LÂCHER-PRISE

SPA BEAUTÉ

6 JOURS | 6 NUITS | 24 SOINS

Ce programme, riche en soins spa et beauté, vous offre une détente absolue associée au plaisir de prendre soin de vous et de votre beauté.

À PARTIR DE 2 031 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 169 € par pers.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



“

APAISEZ-VOUS DURABLEMENT

VOS BÉNÉFICES

La proximité de la mer dans un environnement privilégié, associée à nos soins, vous apporte un bien-être absolu. Vous repartez reposé, détendu et avec une mine superbe.

12 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARI

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- lit hydromassant
- jet marin massant
- massage sous pluie marine
- enveloppement d'algues
- application de boues marines

2 SOINS EXPERTS PARI

- soin du visage Essentiel
- séance impédancemétrique par BIODY XPERT avec notre diététicienne-nutritionniste

4 MASSAGES PARI

- massage Ré Harmonie (75 min)
- massage détente des pieds (20 min)
- massage de relaxation (20 min)
- massage crânien Toumokalé (50 min)

6 ACTIVITÉS PARI

- aqua-activités
- sophrologie sur la plage (en fonction des conditions météorologiques)
- marche nordique
- randonnée vélo
- balade nature

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

W Wellness access (p. 16)

Testez notre soin Éclatant Marin



UN EFFET RAJEUNI NATURELLEMENT

ANTI-ÂGE

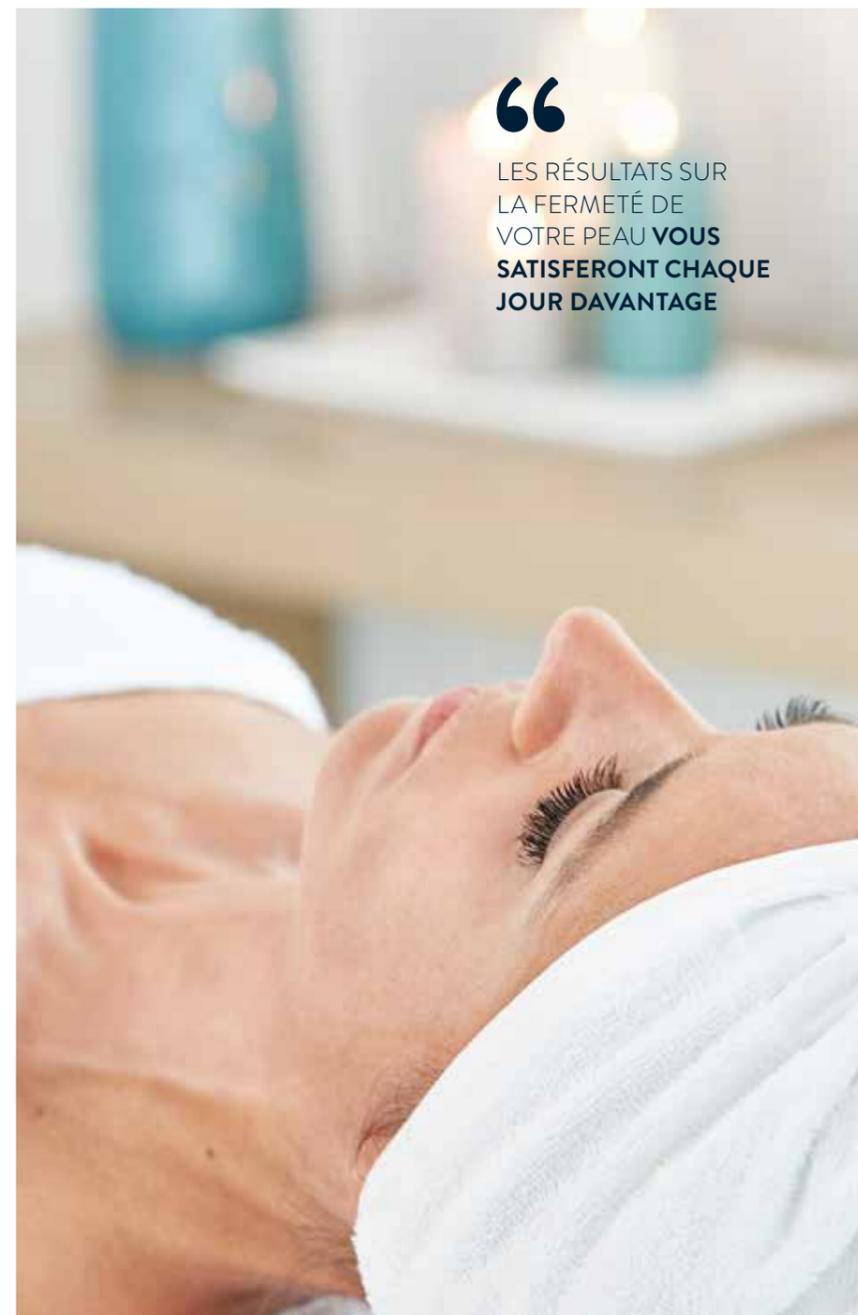
6 JOURS | 6 NUITS | 18 SOINS INDIVIDUELS

Offrez-vous une cure jeunesse visage au résultat visible dès la fin de votre séjour. Nos soins anti-âge activent le renouvellement cellulaire et s'appuient sur des techniques de pointe pour révéler, chaque jour un peu plus, votre beauté.

À PARTIR DE 2 142 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 199 € par pers.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



“

LES RÉSULTATS SUR LA FERMETÉ DE VOTRE PEAU VOUS SATISFERONT CHAQUE JOUR D'AVANTAGE

VOS BÉNÉFICES

Un programme intensif qui donne des résultats visibles immédiatement et durablement sur votre visage : votre ovale est raffermi, votre peau rebondie et repulpée, votre regard rajeuni. Vous constatez un véritable effet liftant.

11 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARI

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- lit hydromassant
- jet marin massant
- massage sous pluie marine
- enveloppement d'algues
- application de boues marines

7 SOINS EXPERTS & MASSAGES PARI

- massage Ré Harmonie (50 min)
- gymnastique faciale (30 min)
- soin Sea Jeunesse Extrême (75 min)
- soin Sea Repulpe (50 min)
- soins LPG visage endermolift Celu M6 (2x30min)
- massage visage japonais Kobido (50 min)
- soin visage Essentiel (50 min)

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

Arrivée possible tous les jours

Complétez votre programme beauté avec une séance corps LPG Cellu M6 lipomodelage

W Wellness access (p. 16)

VOS SÉJOURS PREMIUM SANTÉ

THALAVIE

Nos programmes thalasso de prévention santé Thalavie s'adaptent à vos besoins, pour vous permettre de prendre soin de vous, durablement.

“ UNE APPROCHE DE LA NUTRITION JOUR APRÈS JOUR À VOS CÔTÉS AVEC NOTRE DIÉTÉTICIENNE



UN ACCOMPAGNEMENT

PERSONNALISÉ



Dans le cadre des programmes PREMIUM SANTÉ THALAVIE, nos experts personnalisent vos soins, votre alimentation et vos activités physiques en fonction de vos besoins. Nous apportons des réponses sur-mesure à vos troubles fonctionnels, physiques et psychiques qu'ils soient ostéo-articulaires, métaboliques ou encore le reflet d'une fatigue due à un stress chronique et/ou à des nuits perturbées.

- 1 CIBLAGE DES BESOINS**
Aussitôt la réservation de votre séjour faite, nous vous transmettons un pré-bilan santé à réaliser en ligne pour cibler vos besoins.
- 2 SÉJOUR SUR-MESURE**
Des rendez-vous individuels avec notre médecin et notre diététicienne-nutritionniste en début de séjour permettent de personnaliser votre séjour, d'adapter votre programme de soins thalasso et d'évaluer votre bilan micro-nutritionnel.
- 3 ACCOMPAGNEMENT**
Durant tout votre séjour, vous êtes accompagnés par nos experts santé : **médecin, ostéopathe, coach sportif, diététicienne-nutritionniste.**
- 4 CHANGEMENT AU QUOTIDIEN**
Vous parvenez à un changement durable et applicable dans votre quotidien grâce au coaching et aux conseils de nos experts.
- 5 BILAN POST SÉJOUR**
Vous bénéficiez d'un suivi par notre diététicienne-nutritionniste dans les semaines suivant la fin de votre programme pour évaluer les bénéfices de votre séjour à long terme.

LE + THALAVIE : prise en charge globale médicale, diététique, et sportive | des attentions particulières comme la remise d'un panier santé | possibilité d'un menu diététique sans supplément.

VOTRE CURE THALAVIE - CONFORT DIGESTIF - RENFORCÉE | AVEC NOTRE OPTION «EXPERT»

- en supplément 310 € -

Le Package MICROBIOTE | LUXIA (réservation minimum 2 mois avant votre séjour)

En partenariat avec LUXIA SCIENTIFIC, nous proposons l'évaluation de la composition de votre microbiote intestinal (analyse de vos selles) pour vous donner des conseils nutritionnels visant à établir le meilleur équilibre de votre flore et ainsi optimiser votre santé et améliorer votre quotidien.



DE L'ÉNERGIE À REVENDRE

VITALITÉ GÉNÉRALE

6 JOURS | 6 NUITS | 23 SOINS + 3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

Le programme Thalavie Vitalité Générale propose des soins spécifiques pour vous aider à retrouver de l'énergie et de la vitalité. Nos experts partagent avec vous les bonnes habitudes à prendre pour rester en forme au quotidien. Vous enclenchez le changement, durablement.

À PARTIR DE 2 112 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 369 € par pers.

“

ÉVACUEZ LES TENSIONS ET RETROUVEZ TONUS ET VITALITÉ



VOS BÉNÉFICES

Vous évacuez les tensions et retrouvez tonus et vitalité. Vous faites le plein d'oligo-éléments et de minéraux. Votre corps retrouve ses défenses immunitaires.

14 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- enveloppement d'algues
- jet marin massant
- massage sous pluie marine
- lit hydromassant

3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

- 2 consultations avec la diététicienne-nutritionniste (40 min)
- 1 rendez-vous prévention santé avec le médecin (45 min)

3 SOINS CORPS CIBLÉS VITALITÉ

- 1 massage musculaire profond
- 1 soin jambes légères (50 min)
- 1 séance ostéopathe (40 min)

6 ACTIVITÉS PARMIS

- aqua-activités
- balade nature
- sophrologie

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

⊕ Remise d'un panier santé

W Wellness access (p. 16)

🕒 Arrivée le dimanche uniquement

😊 Choisissez le menu diététique (sans supplément)



SUR LA VOIE DE LA MÉDITATION

STRESS & SOMMEIL

6 JOURS | 6 NUITS | 23 SOINS + 3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

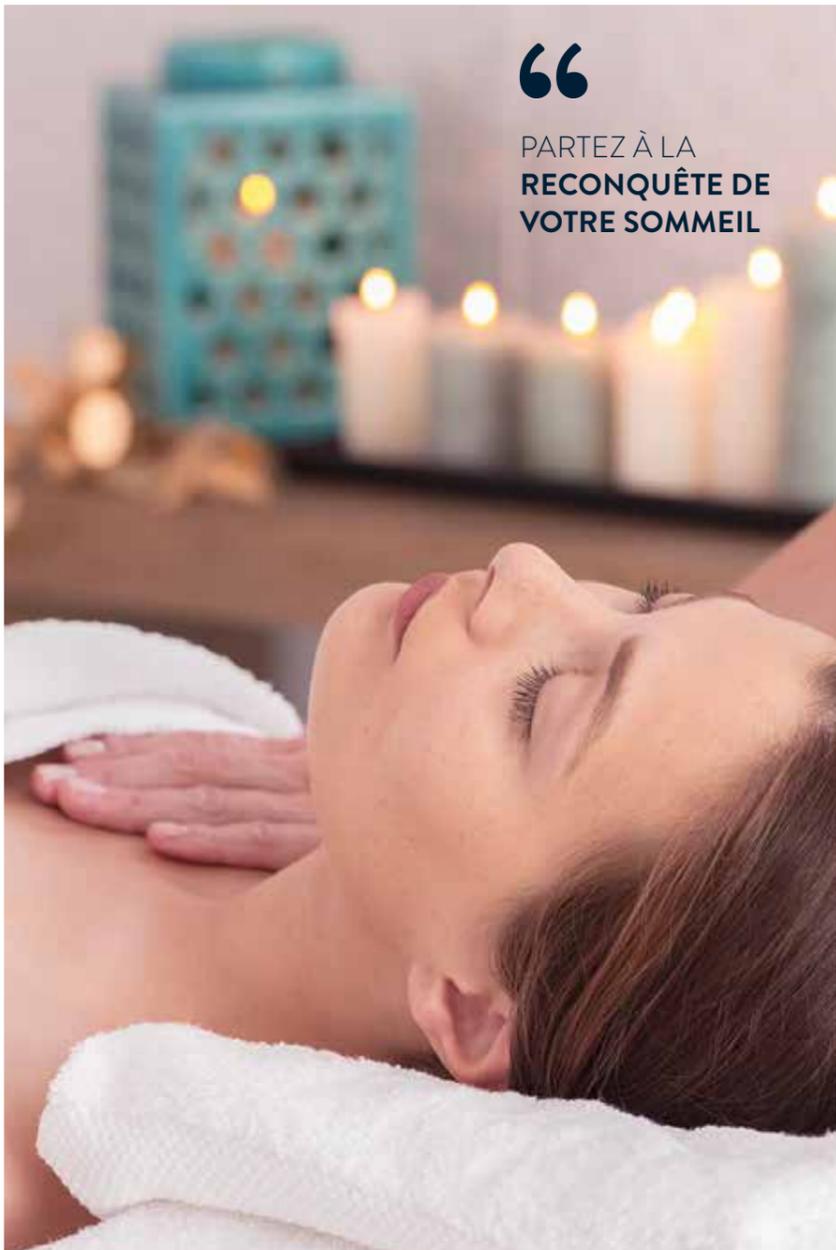
Ce programme vous guide pour gérer votre stress et améliorer la qualité de votre sommeil. Des soins experts, des conseils nutrition pour des nuits paisibles couplés à des aqua-activités équilibrantes constituent la base de ce programme.

À PARTIR DE 2 112 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 369 € par pers.

“

PARTEZ À LA RECONQUÊTE DE VOTRE SOMMEIL



VOS BÉNÉFICES

Vous lâchez prise et retrouvez le calme. Grâce au pouvoir de l'eau de mer, de l'air marin et des conseils de nos experts, vous partez à la reconquête d'un sommeil réparateur pour être mieux au quotidien.

14 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- lit hydromassant
- jet marin massant
- massage sous pluie marine
- enveloppement d'algues

3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

- 2 consultations avec la diététicienne-nutritionniste (40 min)
- 1 rendez-vous prévention santé avec le médecin (45 min)

3 SOINS CORPS CIBLÉS STRESS & SOMMEIL

- 1 massage crânien Toumokalé (20 min)
- 1 massage de relaxation (20 min)
- 1 réflexologie plantaire

6 ACTIVITÉS PARMIS

- aqua-activités
- balade nature
- sophrologie

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

⊕ Remise d'un panier santé

W Wellness access (p. 16)

🕒 Arrivée le dimanche uniquement

😊 Choisissez le menu diététique (sans supplément)



SOULAGEZ VOTRE VENTRE POUR ÊTRE MIEUX

CONFORT DIGESTIF

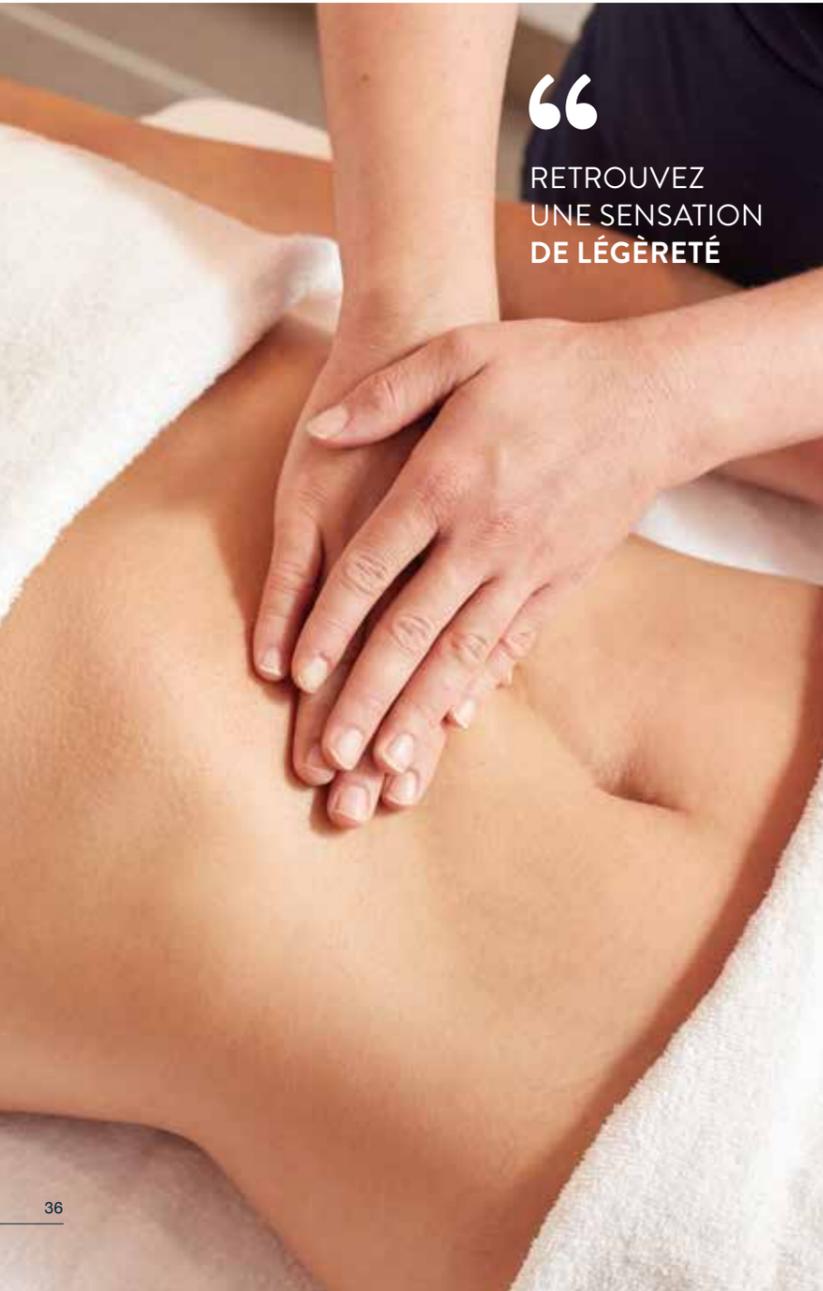
6 JOURS | 6 NUITS | 23 SOINS + 3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

Soulagez vos douleurs abdominales grâce à la micro-nutrition. Nos experts santé qui travaillent en collaboration avec le laboratoire Pileje vous accompagnent de façon personnalisée tout au long de votre programme. La micro-nutrition prend toute sa dimension aujourd'hui avec une alimentation qui se caractérise par l'augmentation de l'apport calorique au détriment de la densité en micronutriments.

À PARTIR DE 2 112 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 369 € par pers.

**EXCLUSIF
PACKAGE
MICROBIOTE P. 33**



“
RETROUVEZ
UNE SENSATION
DE LÉGÈRETÉ

VOS BÉNÉFICES

Vous renouez avec un confort abdominal au quotidien en améliorant le fonctionnement de votre système digestif et en détoxifiant votre organisme. Vous retrouvez une sensation de légèreté depuis longtemps oubliée.

14 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- lit hydromassant
- jet marin massant
- massage sous pluie marine
- enveloppement d'algues
- application de boues marines

3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

- 2 consultations avec la diététicienne-nutritionniste (40 min)
- 1 rendez-vous prévention santé avec le médecin (45 min)

3 SOINS CORPS CIBLÉS CONFORT DIGESTIF

- 2 massages «abdominal»
- 1 réflexologie énergétique (50 min)

6 ACTIVITÉS PARMIS

- aqua-activités
- balade nature
- sophrologie

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

- ⊕ Remise d'un panier santé
- ⌚ Arrivée le dimanche uniquement
- W Wellness access (p. 16)
- 😊 Choisissez le menu diététique (sans supplément)



SOULAGEZ VOS DOULEURS DU DOS ET RETROUVEZ DE LA MOBILITÉ

DOS & ARTICULATIONS

6 JOURS | 6 NUITS | 23 SOINS + 3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

Les bienfaits de la thalassothérapie ont été démontrés en particulier sur les douleurs articulaires et musculo-tendineuses. Ce programme a été pensé pour prévenir et soulager les problèmes articulaires liés à nos modes de vie : soins anti-tension, aqua-activités, optimisation de votre sommeil et de votre alimentation.

À PARTIR DE 2 112 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 369 € par pers.



“
VOUS RETROUVEZ
ÉNERGIE ET FORME

VOS BÉNÉFICES

La cure Dos et Articulations est un programme à la fois thérapeutique, curatif et préventif. Vous renforcez vos muscles du dos et soulagez vos douleurs articulaires. Vous améliorez durablement votre mobilité et votre souplesse pour retrouver énergie et forme.

14 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMIS

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- jet marin massant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues
- application de boues marines
- massage sous pluie marine

3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

- 2 consultations avec la diététicienne-nutritionniste (40 min)
- 1 rendez-vous prévention santé avec le médecin (45 min)

3 SOINS CORPS CIBLÉS DOS & ARTICULATIONS

- 1 massage musculaire profond avec ostéopathe (40 min)
- 1 escale du dos (50 min)
- 1 massage détente des pieds (20 min)

6 ACTIVITÉS PARMIS

- aqua-activités
- balade nature
- sophrologie

LES + RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

- ⊕ Remise d'un panier santé
- ⌚ Arrivée le dimanche uniquement
- W Wellness access (p. 16)
- 😊 Choisissez le menu diététique (sans supplément)



PRENDRE SOIN DE SA LIGNE ET DE SA SILHOUETTE

SILHOUETTE ET MINCEUR

6 JOURS | 6 NUITS | 23 SOINS + 3 RENDEZ VOUS EXPERTS

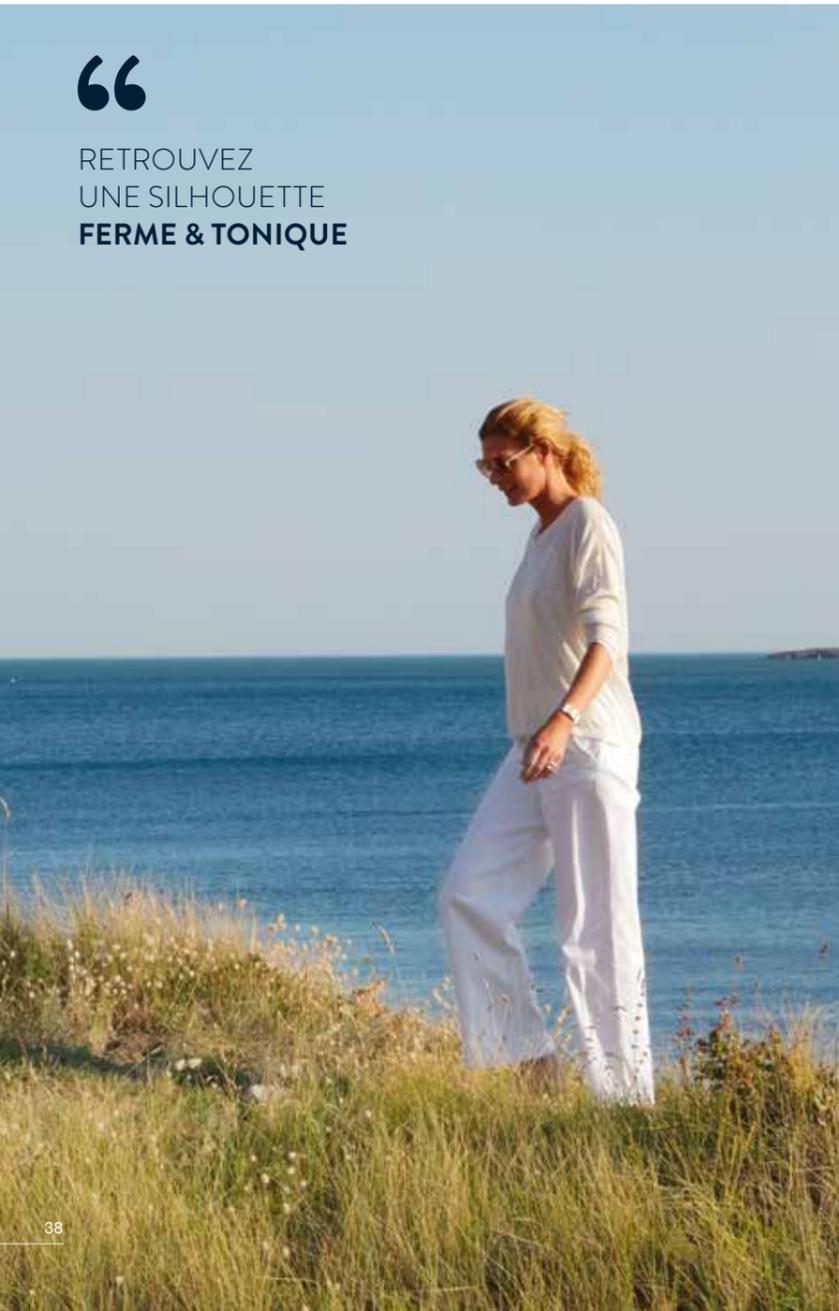
Accompagné par nos experts santé, vous bénéficiez de soins de thalassothérapie ciblés sur la perte de poids et le raffermissement de votre silhouette. L'exercice physique et l'équilibre alimentaire se conjuguent pour vous aider à sculpter votre silhouette sans renoncer au plaisir.

À PARTIR DE 2 112 €

par pers. en demi-pension, chambre double (Confort côté vignes)
sans hébergement : à partir de 1 369 € par pers.

“

RETROUVEZ
UNE SILHOUETTE
FERME & TONIQUE



VOS BÉNÉFICES

Vous retrouvez une silhouette ferme et tonique en augmentant votre métabolisme sans vous priver. Grâce à un guide personnalisé, vous pourrez poursuivre le programme chez vous, au quotidien.

13 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE PARMİ

- gommage Suprême Océan
- bain marin reminéralisant
- lit hydromassant
- jet marin massant (ciblé silhouette)
- massage sous pluie marine
- enveloppement d'algues
- enveloppement fucus

3 RENDEZ-VOUS EXPERTS

- 2 consultations avec la diététicienne-nutritionniste (40 min)
- 1 rendez-vous prévention santé avec le médecin (45 min)

4 SOINS CORPS CIBLÉS SILHOUETTE ET MINCEUR

- 2 séances LPG corps (35 min)
- 1 soin silhouette (50 min)
- 1 séance d'ostéopathie (40 min)

6 ACTIVITÉS PARMİ

- aqua-activités
- balade nature

**LES +
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ**

- ⊕ Remise d'un panier santé
- ⌚ Arrivée le dimanche uniquement
- W Wellness access (p. 16)
- 😊 Choisissez le menu diététique (sans supplément)



“

PROLONGEZ LES BIENFAITS DE VOTRE SÉJOUR À LA MAISON AVEC NOTRE LIGNE MARINE
RELAIS THALASSO COSMÉTIQUE



DE L'EAU DE L'AIR DE L'IODE

MINI TRANSATS

LE BIENFAIT REMINÉRALISANT D'UN COURT SÉJOUR

Accordez-vous une pause océanique de quelques jours, pour enfin respirer. Avec ou sans hébergement, selon votre humeur et vos envies, la mini transat est un premier pas de 1 à 3 jours dans le bien-être qui vous emmènera vers un mieux-être durable.

Lâchez prise et profitez de ce moment suspendu où enfin, on ne pense qu'à soi et à l'environnement qui nous entoure.

Des algues, de l'eau, des boues marines, l'air marin, des massages, un cadre d'exception : cap sur la mini transat qui vous correspond.

DÉCOUVREZ NOS MINI TRANSATS :



REMISE EN FORME



BEAUTÉ & SPA



BIEN-ÊTRE OU LOISIRS, POURQUOI CHOISIR ?

MINI LIBERTÉ*

Le séjour «Mini Liberté» est idéal pour découvrir la thalassothérapie et s'initier à ses bienfaits.

Grâce à un programme équilibré alliant détente et soins vivifiants, profitez du meilleur de la thalassothérapie à votre rythme, sans contrainte et selon vos désirs.

*Sans hébergement, sur demande.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



MINI LIBERTÉ 1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 221 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 99 € par pers. sans hébergement

2 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE

- 1 bain marin reminéralisant
- 1 massage sous pluie marine

MINI LIBERTÉ 2 JOURS | 2 NUITS

À partir de 444 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 219 € par pers. sans hébergement

4 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE

- 1 bain marin reminéralisant
- 1 jet marin massant
- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage sous pluie marine

MINI LIBERTÉ 3 JOURS | 3 NUITS

À partir de 656 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 319 € par pers. sans hébergement

6 SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE

- 1 gommage Suprême Océan
- 1 bain marin reminéralisant
- 1 jet marin massant
- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage sous pluie marine
- 1 massage relaxant avec ou sans pluie marine (20 min)

LES +
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

W Wellness access inclus (p. 16)



ENVIE D'AILLEURS ET DE BIEN-ÊTRE

MINI MASSAGES DU MONDE*

Explorez sans limite les nombreuses techniques bien-être du monde entier et voyagez grâce à notre sélection de soins spa inspirés des différents continents. Chaque jour sera une évasion, une détente absolue grâce à de longs massages.

*Sans hébergement, sur demande.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



MINI MASSAGES DU MONDE 1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 301 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 219 € par pers. sans hébergement

3 SOINS

- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage relaxant (20 min)
- 1 massage crânien Toumokalé (20 min)

MINI MASSAGES DU MONDE 2 JOURS | 2 NUITS

À partir de 551 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 331 € par pers. sans hébergement

6 SOINS

- 1 bain marin reminéralisant
- 1 jet marin massant
- 1 lit hydromassant
- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage crânien Toumokalé (20 min)
- 1 massage californien (50 min)

MINI MASSAGES DU MONDE 3 JOURS | 3 NUITS

À partir de 898 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 589 € par pers. sans hébergement

9 SOINS

- 1 gommage Suprême Océan
- 1 bain marin reminéralisant
- 1 jet marin massant
- 1 lit hydromassant
- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage sous pluie marine
- 1 massage crânien Toumokalé (20 min)
- 1 soin Californien (50 min)
- 1 massage détente des pieds (20 min)

LES +
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

W Wellness access inclus (p. 16)



S'ACCORDER UNE PAUSE BIEN-ÊTRE

MINI SPA BEAUTÉ*

Prendre soin de sa beauté, c'est prendre soin de soi avec bienveillance.

Un pur moment de détente placé sous le signe de la mer.

* Sans hébergement, sur demande.

TARIF EARLY BOOKING (p.51)
20% OFFERTS
si réservation 60 jours à l'avance



MINI SPA BEAUTÉ 1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 318 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 202 € par pers. sans hébergement

3 SOINS

- 1 bain marin reminéralisant
- 1 soin visage (50 min)
- 1 massage sous pluie marine

MINI SPA BEAUTÉ 2 JOURS | 2 NUITS

À partir de 572 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

À partir de 320 € par pers. sans hébergement

6 SOINS

- 1 gommage Suprême Océan
- 1 bain marin reminéralisant
- 1 jet marin massant
- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage sous pluie marine
- 1 soin visage (50 min)

MINI SPA BEAUTÉ 3 JOURS | 3 NUITS

À partir de 948 € par pers. base chambre double

(confort côté vignes) avec petit-déjeuner

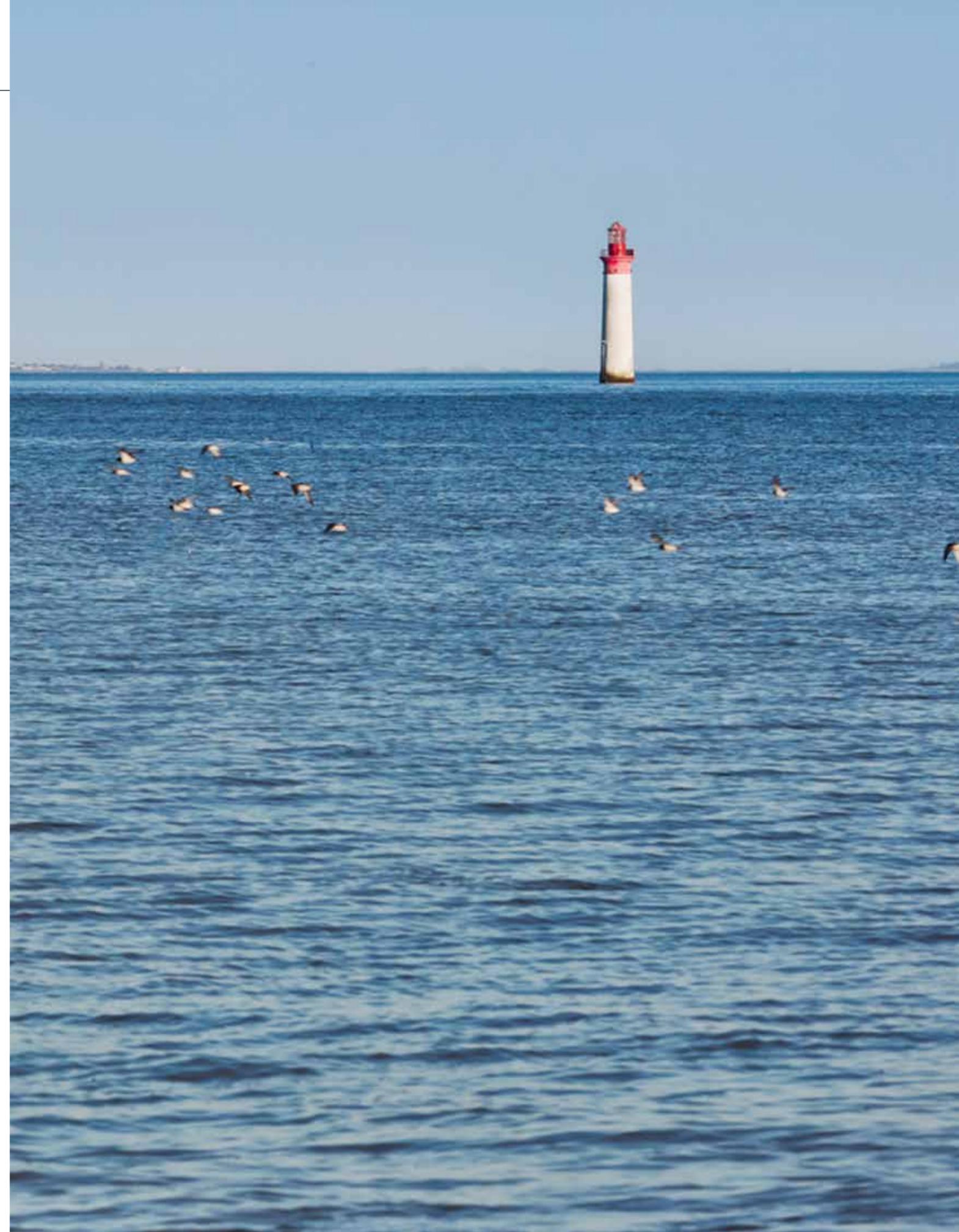
À partir de 630 € par pers. sans hébergement

9 SOINS

- 1 gommage Suprême Océan
- 1 bain marin reminéralisant
- 1 jet marin massant
- 1 soin LPG visage
- 1 enveloppement d'algues
- 1 massage sous pluie marine
- 1 kobido (50 min)
- 1 soin visage (50 min)
- 1 massage détente des pieds (20 min)

**LES +
RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ**

W Wellness access inclus (p. 16)



LES BEAUX WEEK-ENDS

& LES 1/2 JOURNÉES BULLES



S'ÉVADER LES BEAUX WEEK-ENDS

WEEK-END RÉ IN LOVE*

1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 419 € pour 2 pers. en demi-pension,
chambre double côté mer

Tarif basse saison non remisable

- 1 nuit de rêve en chambre (côté mer)
- 1 dîner en amoureux (hors boissons)
- 1 accueil romantique en chambre
- 1 petit-déjeuner buffet les yeux dans les yeux
- 1 soin par pers. au choix : 1 massage sous pluie marine ou 1 massage relaxant ou 1 massage visage (à choisir au moment de la réservation)
- accès libre au spa marin

ÉCHAPPÉE WELLNESS*

NOUVEAUTÉ 2023 | SÉJOUR GOURMAND

1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 399 € pour 2 pers. en demi-pension,
base chambre double (Premium côté vignes)

Tarif basse saison non remisable

- 1 petit-déjeuner
- 1 coupe de champagne
- 1 dîner au restaurant Atalante LABEL GREEN FOOD

WEEK-END BIEN-ÊTRE*

NOUVEAUTÉ 2023 | SÉJOUR EN DUO

1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 499 € pour 2 pers. en demi-pension,
base chambre double (Confort côté vignes)

Tarif basse saison non remisable

- 1 nuit en chambre double standard vignobles
- 1 petit-déjeuner
- 1 dîner au restaurant ATALANTE LABEL GREEN FOOD
- 1 massage en cabine duo de 30 minutes
- accès au spa marin et salle de fitness

WEEK-END BIEN-ÊTRE*

NOUVEAUTÉ 2023 | SÉJOUR SLOW THALASSO

2 JOURS | 2 NUITS

À partir de 798 € pour 2 pers. en demi-pension,
base chambre double

Tarif basse saison non remisable

- 2 nuits en surclassement en chambre premium vignes
- 2 petits-déjeuners par pers.
- 1 dîner au restaurant ATALANTE LABEL GREEN FOOD par pers.
- 1 soin de 50 min par pers.
- 1 box slow thalasso en chambre
- 1 journée vélo
- accès libre au spa marin

* Offre valable tous les jours en basse saison, puis du dimanche au vendredi en moyenne et haute saison (d'avril à octobre 2023 hors mois d'août et jours fériés).

SE DORLOTER LES 1/2 JOURNÉES BULLES

BULLE DÉTENTE POUR 2

119 € pour 2 pers.

- 1 déjeuner au loofa bar
- 1 bain marin reminéralisant par pers.

Offre valable du lundi au vendredi, hors vacances scolaires.

BULLE DÉCOUVERTE

2 SOINS | 99 € par pers.

- 1 massage sous pluie marine
- 1 bain marin reminéralisant

Disponible avec l'option déjeuner à 119 €

BULLE MARINE*

3 SOINS | 149 € par pers.

- 1 massage sous pluie marine au baume riche en huiles essentielles tonifiantes
- 1 enveloppement aux algues
- 1 bain marin reminéralisant

BULLE SPA*

3 SOINS | 149 € par pers.

- 2 soins de thalassothérapie parmi : 1 jet marin massant - 1 bain marin reminéralisant ou 1 lit hydromassant
- 1 massage relaxant ou réflexologie détente (20 min)

BULLE ÉVASION

2 SOINS | 149 € par pers.

- 1 soin de thalassothérapie parmi : 1 jet marin massant - 1 bain marin reminéralisant ou 1 lit hydromassant
- 1 massage californien (50 min)

INSTANT BIEN-ÊTRE MID WEEK

1 SOIN | 119 € par pers.

- 1 soin au choix (50 min)

Offre valable du lundi au vendredi, hors vacances scolaires.

* Disponible avec l'option déjeuner à 159 €. Sur réservation et selon disponibilité.

W L'accès au spa marin est inclus pour toutes les bulles



Découvrez les cadeaux à offrir ou s'offrir sur www.relaisthalasso-iledere.com

UNE SÉLECTION DE

NOS PLUS BEAUX SOINS

LES SOINS VISAGE RELAIS THALASSO

LES EXPERTS ANTI-ÂGE RÉGÉNÉRANTS

SEA JEUNESSE EXTRÊME SOIN SIGNATURE RELAIS THALASSO 80 min

Je suis révolutionnaire et pas une promesse en l'air ! Le cou, le décolleté et le contour des yeux sont « défroissés ! » Mon masque à l'acide hyaluronique couplé à ma technique experte de massage visage en profondeur avec la taurine végétale est la promesse d'une peau repulpée et des pommettes rebondies pour une mine réjouie.

SEA NUTRI 50 min

Je répare le temps qui passe avec mes gestes experts à la fois relaxants et tonifiants. Mon super duo de masques « généreux » liftants et nourrissants, procure réconfort à la peau.

SEA LIFT 50 min

Véritable bol d'air cellulaire, mon masque « empreinte alginat » enrichi en caviar tenseur, raffermi les contours du visage et régénère l'épiderme. Mon massage liftant et délassant se conjugue aux pouvoirs repulpants des actifs marins.

SEA REPULPE 50 min

Je suis la promesse d'une peau lissée et repulpée avec mon masque seconde peau concentré en collagène marin. Mes mouvements dynamisants garantissent une peau plus tonique et plus jeune.

KOBIDO 50 min

Je suis un massage ancestral japonais. Véritable lifting naturel du visage, je réveille les teints les plus ternes et lisse la surface de la peau pour retrouver une deuxième jeunesse.

LES ESSENTIELS

HYDRATANT MARIN 50 min

Je suis un soin d'hydratation intense qui offre à la peau souplesse et rebond. Mon masque à la fibre de coco enrichie d'actifs marins et d'acide hyaluronique améliore visiblement l'hydratation. La peau est sublimée et l'esprit libéré.

ÉCLATANT MARIN 50 min

Je suis un soin lumière... Véritable coup d'éclat, j'assure fraîcheur et vitalité à la peau avec mon masque gorgé en eau de source marine et algue rouge. Surprise, je donne bonne mine.

PURIFIANT MARIN 50 min

Adieu les imperfections... Victoire ! Sage est mon massage. Mon masque au limon marin et à l'aloé vera rééquilibre la peau avec justesse et finesse. Authentique bol d'air pour plaire.

LES GOMMAGES CORPS

Choisissez-moi fruité ou gourmand, intense ou doux, je m'adapte à vos envies. Rituel phare de la thalasso, j'ouvre le bal de vos soins pour en optimiser l'efficacité.

20 min EXFO SATIN SEL ET 3 THÉS FORCE 1

Je suis le gommage le plus doux aux cristaux de sel délicats, parfait pour les épidermes sensibles. Mes notes florales et ma texture huileuse enveloppent la peau dans un cocon bienfaisant.

EXFO ZEST ET SEL FORCE 2

Fruité avec mes extraits de pépins de pamplemousse et d'huile essentielle de mandarine, je contiens des cristaux de sel de Guérande. Parfait pour les indécis, hésitant entre exfoliation douce ou intense.

ABSOLU GOMMAGE DES ÎLES FORCE 3

Je suis gourmand grâce à mes notes rondes et à mes cristaux de sel fondants. Mon intensité médium réveille la peau et les sens. Une pure merveille.

SUPRÊME GOMMAGE OCÉAN FORCE 4

Je suis le gommage le plus utilisé en thalasso, mon mélange aux 3 sels gomme intensément. Profitez de mes huiles essentielles de lavandin et camomille pour délasser le corps et l'esprit.

LES SOINS CORPS

SYNERGIE MARINE SOIN SIGNATURE RELAIS THALASSO

50 min
Massage signature incontournable des RELAIS THALASSO, je suis inspiré par le rythme changeant de l'océan. Réalisé de la tête aux pieds, mes mouvements lents et toniques, doux et profonds permettent un réel lâcher-prise.

RÉ HARMONIE SOIN SIGNATURE RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

50 min
Créé à l'Île de Ré, ce massage en profondeur vous apporte une détente absolue. Votre esprit s'évade au rythme des lissages appuyés et des pétrissages, vos tensions se dénouent grâce au travail articulaire et musculaire.

LES MASSAGES DU MONDE

MASSAGE CALIFORNIEN

50 min
Massage relaxant de tout le corps pour une détente complète qui vous apportera confort et réconfort. Un vrai moment d'abandon et de lâcher-prise.

MASSAGE PIERRES CHAUDES

75 min
Les pierres volcaniques de basalte dénouent les zones de tensions grâce à la chaleur qu'elles diffusent. Elles insufflent naturellement sérénité et harmonie.

AYURVEDA MASSAGE

75 min
Ce massage du corps, né de la plus pure tradition indienne, est pratiqué avec de l'huile de sésame. Harmonisant, il renforce durablement la vitalité.

LE SOIN DE THALASSOTHÉRAPIE

MASSAGE SOUS PLUIE MARINE

15 min
Un massage décontractant sous pluie marine chaude mêlée au baume à la cire d'abeille, effectué avec des pressions glissées et circulaires sur tout le corps.

LES MINIS PLAISIRS

MASSAGE VISAGE

20 min
Soin de détente absolu qui favorise le travail des tissus des muscles du visage en profondeur.

MASSAGE RELAXANT

20 min
À l'huile d'amande douce, il a pour but de soulager certaines tensions nerveuses. Il permet un relâchement musculaire afin de retrouver détente et vitalité.

MASSAGE MUSCULAIRE PROFOND

20 min
Soin de détente absolue qui favorise le travail des tissus, relâche et nourrit efficacement les muscles et facilite la circulation sanguine.

MASSAGE DÉTENTE DES PIEDS

20 min
Offrez à vos pieds la détente qu'ils méritent. Ce massage permet de relâcher les tensions des membres inférieurs et de retrouver un bien-être général.

LES ESCALES

80 min

ESCALE DÉTOX

Je commence par un gommage du corps à base de sel et huile essentielle de mandarine, parfait pour oxygéner et nettoyer la peau. Je continue par un enveloppement fucus détoxifiant et purifiant. Mon escale se termine par un massage complet du corps pour une intense sensation de relaxation.

ESCALE TROPICALE

Mes notes gourmandes invitent à l'évasion des sens. Mes cristaux de sel fondants exfolient et adoucissent la peau. Ma cire chaude au miel et beurre de karité enveloppe la peau dans un cocon hydratant et nourrissant. Je détends profondément le corps et l'esprit avec mon massage à l'huile divine.

LES SOINS SANTÉ

OSTÉOPATHIE

45 min
Diagnostic des dysfonctionnements de mobilité articulaire et tissulaire. Rééducation des troubles fonctionnels.

MAQAM EXCLUSIVITÉ

20 min
Relaxation du corps et de l'esprit en eau de mer chauffée à 32°. L'apesanteur est idéale pour l'étirement musculaire. Soins réalisés en musique.



Découvrez tous nos soins sur
www.relaisthalasso-iledere.com

 Le temps de soin affiché est le temps de soin effectif.

INITIEZ-VOUS À LA HOME THALASSO AVEC

RELAIS THALASSO COSMETIQUE

PRÉPAREZ VOTRE

SÉJOUR

SEA BONNES VALEURS, SEA BONNE HUMEUR !

AUTHENTICITÉ

Une SEA belle histoire FAMILIALE partagée depuis 21 ans. Passionnés de la mer, nous fabriquons et conditionnons nos produits en BRETAGNE pour une production responsable et locale, avec une cueillette des algues RAISONNABLE, DURABLE ET RENOUVELABLE. Notre + : nous privilégions LES PETITES SÉRIES de production pour éviter le gaspillage...

GÉNÉROSITÉ

Nos GRANDS contenants sont parfaits pour une VRAIE cure HOME THALASSO PRO efficace et réussie. Nos formules sont ultra concentrées avec plus d'une VINGTAINE D'ACTIFS sélectionnés pour leurs richesses marines et leurs nombreux bienfaits.

DANS LA BOUTIQUE

RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ
PORT NOTRE DAME
17740 SAINTE MARIE DE RÉ

SINGULARITÉ

Nos formules sont issues du SAVOIR-FAIRE et de l'EXPERTISE de nos thalassothérapeutes, qui pratiquent depuis plus de 20 ans, des milliers de gestes de soins dans nos RELAIS THALASSO.

NATURALITÉ

Nos formules contiennent en moyenne 91% d'ingrédients d'origine naturelle. Adieu le surpackaging, chez RELAIS THALASSO COSMÉTIQUE, nous privilégions les contenants recyclables. Et au revoir les notices polyglottes ! L'essentiel est écrit sur le produit.

CHEZ VOUS

RELAISTHALASSOCOSMETIQUE.COM
OU PAR TÉLÉPHONE 05.46.30.22.44

VOTRE SÉJOUR APPROCHE

15 jours avant de venir chez nous, nous vous conseillons : de marcher régulièrement afin de préparer votre corps à la cure, de limiter les aliments sucrés et gras au cours des repas du soir afin de drainer votre foie, de faire une cure de vitamine C, de commencer une semi-détox digitale... de nous prévenir pour toute contrainte médicale ou soins à éviter afin que nous puissions adapter votre cure.

VOUS ÊTES ARRIVÉS

Oubliez au maximum votre portable, tablette. Il est important de déconnecter. Pensez à vous présenter 15 minutes avant chaque début de soin à l'accueil thalasso. Dès le premier soir, prévenez les équipes du restaurant pour toute intolérance alimentaire ou régime spécifique. Consultez votre planning de soins et si besoin rapprochez-vous des équipes de l'accueil thalasso.

VOUS PRÉPAREZ VOS BAGAGES

Afin de rendre votre séjour le plus agréable possible, nous vous conseillons : de prévoir une tenue de sport pour profiter des activités proposées par notre coach ou dans la salle de fitness. Vous trouverez dans votre chambre des tongs mais vous pouvez naturellement apporter les vôtres si vous le préférez. Le bonnet de bain, n'est pas obligatoire pour accéder aux piscines. Pensez à apporter le vôtre si vous le désirez. Mesdames, lors des soins, vos cheveux peuvent être mouillés. N'hésitez pas à prévoir une charlotte si vous en ressentez le besoin et d'apporter de la lecture plaisir ou des travaux manuels pour vous détendre entre les soins.

PENSEZ À VOUS INSCRIRE

aux aqua-activités ou aux activités proposées par notre coach. N'hésitez pas à solliciter la réception sur les visites à faire dans la région, nos équipes sont là pour vous conseiller. **Et le plus important, profitez pleinement de votre séjour à l'Île de Ré.**



VOUS ÊTES ORGANISÉ ? BÉNÉFICIEZ DE NOTRE OFFRE EARLY BOOKING*

**NOUS OFFRONS UNE REMISE DE 20%
POUR LES RÉSERVATIONS À PLUS DE 60 JOURS :**

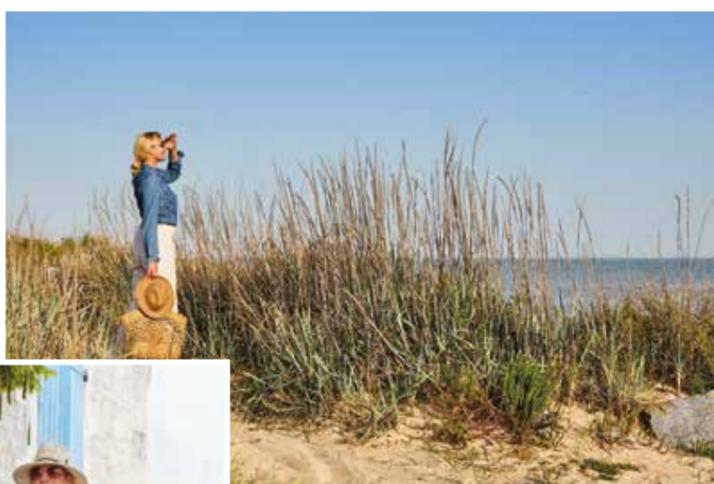
- sur les évasions iodées avec hébergement pour 4 nuits minimum.
- sur les mini transats avec hébergement de 1 à 3 jours (du dimanche au jeudi soir).

* hors ponts, mois d'août et vacances de Noël.

S'ÉVADER AVEC NOS SEMAINES À THÈMES

“

4 SAISONS
4 ENVIES
4 SEMAINES



WELLNESS ET THALASSO

POUR PARTAGER, DÉCOUVRIR
ET SE FAIRE DU BIEN EN S'AMUSANT

L'Hiver :

**Pour me libérer la tête et l'esprit
du 6 au 10/03/2023**

Encore plus de détente dans votre séjour !
Chaque jour, nos professionnels du bien-être vous proposent des ateliers orientés sur le lâcher-prise : pilates, yoga, sophrologie, conférence sommeil... une libération de l'esprit à l'aide de conseils d'experts, de la respiration et de visualisations positives.

L'Été :

**Pour être bien dans mes baskets
du 26 au 30/06/2023 Ré à vélo
du 18 au 22/09/2023 Ré à pied**

Liez les bienfaits de la thalasso à l'activité en plein air pour une remise en forme optimale.
À bicyclette, à pied, découvrez les secrets de l'île de Ré avec nos coachs : son histoire, son patrimoine, sa nature à travers la diversité de ses paysages... des balades faciles et praticables par tous vous seront proposées chaque jour.

Le Printemps :

**Pour équilibrer mon assiette
du 22 au 26/05/2023**

Sensibilisez-vous aux besoins de votre organisme afin d'optimiser au mieux votre santé en participant à notre semaine gourmande et savoureuse !
Vous apprendrez à entretenir les plaisirs de notre table en gourmet, tout en suivant les conseils, recettes et astuces de nos professionnels de la table pour une bonne dégustation. Vous développerez votre savoir culinaire et découvrirez le goût des produits emblématiques du terroir rétais à l'occasion de sorties organisées et d'ateliers culinaires.

L'Automne :

**Pour prendre soin de mon corps
du 16 au 20/10/2023**

Prenez conscience du corps avec nos professionnels, osthéopathes et coachs sportifs. Chaque jour, bénéficiez d'une relaxation profonde des tensions à l'aide de la respiration et de mouvements corporels simples.



Retrouvez tous les descriptifs de nos semaines à thèmes 2023 sur www.relaisthalasso-iledere.com rubrique « offres spéciales » ou contactez notre diététicienne par mail à l'adresse dietetique-iledere@relaisthalasso.com pour plus de renseignements.



AUTOUR DE VOTRE SÉJOUR

UN PETIT PARADIS



SAINT-MARTIN-DE-RÉ

Organisé autour de son port et protégé par ses remparts fortifiés, c'est un lieu de villégiature et de promenade incontournable pour les locaux et tous les visiteurs de l'Île de Ré.



LA ROCHELLE

C'est un centre de pêche et de commerce depuis le XIIe siècle, une tradition maritime qui se reflète dans son Vieux Port et son immense port de plaisance ultramoderne : Les Minimes.



SAINT CLÉMENT DES BALEINES

Visitez le Phare des Baleines (60m de hauteur), il offre un superbe panorama puis montez au sommet de la Vieille Tour : l'ancien phare des Baleines construit en 1669.



BOIS-PLAGE-EN-RÉ

Son marché du Bois-Plage est le plus grand de l'île. Produits du terroir, dégustations, souvenirs et artisanat local : vous trouverez forcément de quoi remplir votre panier !

LE PETIT DICO

DE LA THALASSO

GOMMAGE CORPS

Indispensable pour libérer l'épiderme des cellules mortes, il facilite la régénération cellulaire et prépare la peau à recevoir tous les bienfaits des soins de thalassothérapie.

BAIN MARIN REMINÉRALISANT

Intensément reminéralisant, ce soin en baignoire individuelle, allie les bienfaits d'un bain chaud et d'un massage. Un bain polysensoriel à l'eau de mer chaude apporte en oligo-éléments l'équivalent de 8h d'immersion dans l'océan.

ENVELOPPEMENT D'ALGUES

Laminaires, fucus, spiruline,... Les algues sont très riches en minéraux et en oligo-éléments naturellement présents dans le corps humain. La crème d'algues est appliquée chaude pour régénérer en profondeur l'ensemble du corps.

MASSAGE SOUS PLUIE MARINE

Massage du corps sous une douce pluie d'eau de mer chaude sur tout le corps, diffusée en multiples jets fins. Ce soin recharge l'organisme en minéraux et oligo-éléments et procure une grande relaxation.

JET MARIN MASSANT

Le jet marin massant est un soin pratiqué sur l'ensemble du corps en position debout. Il agit sur les tensions musculaires et favorise la circulation sanguine.

APPLICATION DE BOUE MARINE

La boue marine est un mélange de sédiments marins naturels enrichis en algues brunes. Appliquée en cataplasme, elle est connue pour ses pouvoirs antalgiques et permet de soulager efficacement les douleurs articulaires.

LE COMITÉ SCIENTIFIQUE

UNE ÉQUIPE D'EXPERTS

Les RELAIS THALASSO s'entourent d'une équipe d'experts scientifiques pour vous offrir des séjours de thalassothérapie efficaces et performants en prévention santé et en soins thérapeutiques.

JEAN-PASCAL PHÉLIPPEAU

Président directeur général des RELAIS THALASSO

DR FRANÇOIS DUFOREZ

Praticien AEACHE AHP. Médecin du sport et du sommeil au centre du sommeil de l'Hôtel-Dieu (Paris)

DR GILLES KORB

Médecin spécialiste en médecine esthétique et anti-âge

DR ALINE CORCELLE REQUIN

Médecin spécialiste en nutrition/micronutrition. Responsable médicale thalavie

DR MAUD GERBAUD

Médecin RELAIS THALASSO, Pornichet | Baie de la Baule

PATRICK NEGARET

Directeur général de la CPAM des Yvelines. Directeur de projet national santé active

“

SE FAIRE DU BIEN AUJOURD'HUI POUR ÊTRE MIEUX DEMAIN

ON VOUS DOIT TOUT

MERCI

MERCI, MER NATURE de nous permettre d'utiliser toutes tes richesses et tes merveilleuses algues pour élaborer nos soins RELAIS THALASSO. MERCI ! À nos thalassothérapeutes toujours passionnées, de mettre la main... à la pâte d'algues. De l'idée à la mise en partition de nos soins Corps et Visage, ce sont nos chevilles ouvrières.

MERCI ! à vous Clients, Clientes, qui nous faites confiance depuis plus de 30 ans, pour votre engouement envers la Mer, ce capital précieux, source de vie.



relaisthalasso-iledere.com
iledere@relaisthalasso.com

RELAI THALASSO
ÎLE DE RÉ

PORT NOTRE-DAME
17740 SAINTE-MARIE-DE-RÉ

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS
+33 (0)5 46 30 50 80

ACCUEIL & RÉCEPTION
HÔTEL
+33(0)5 46 30 22 44

