

2
0
2
3



LA GRANDE TERRASSE

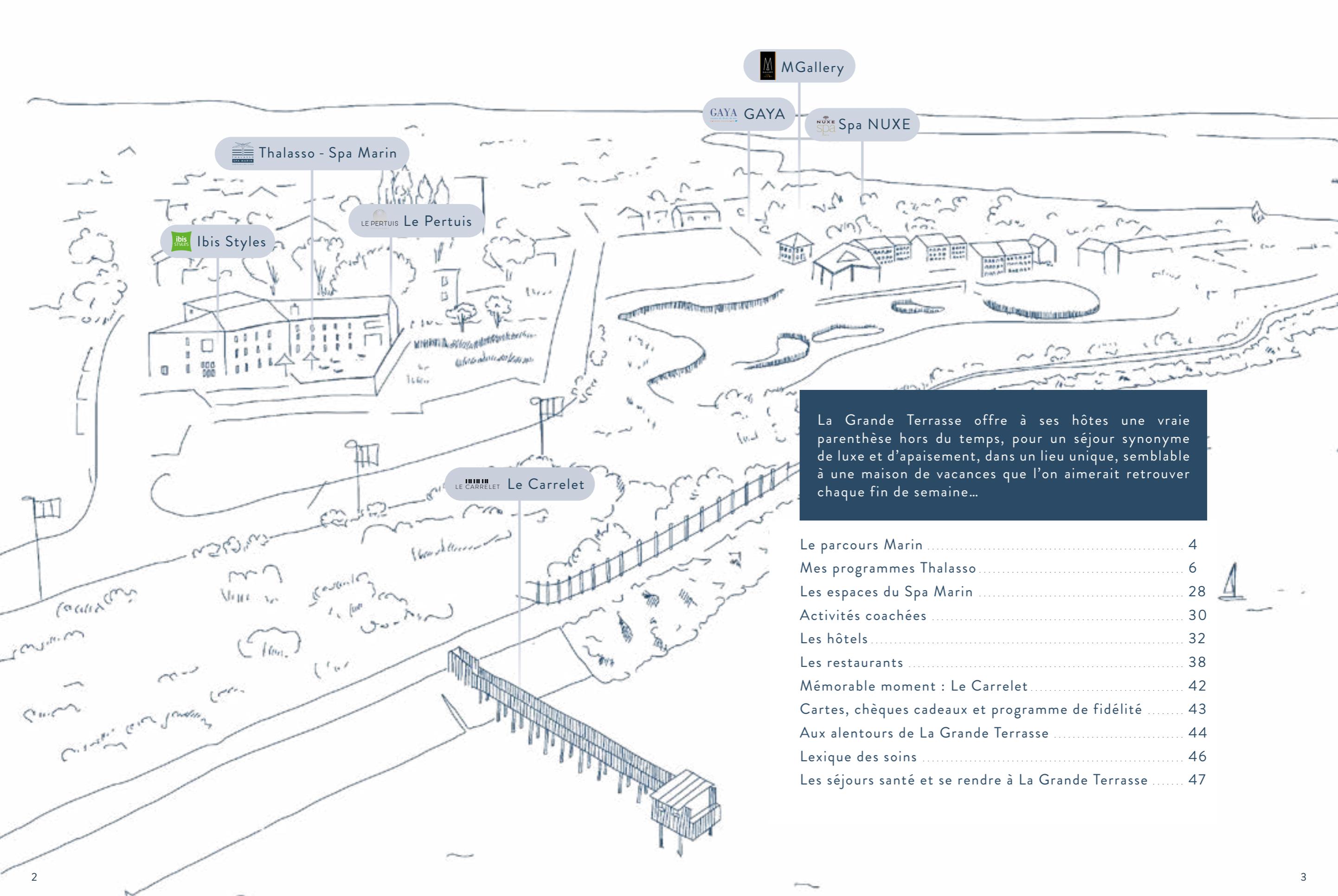
Hôtels & Spas Châtelailon-Plage

LES SÉJOURS THALASSO

CHÂTELAILLON-PLAGE



CATALOGUE SÉJOURS



 Thalasso - Spa Marin

 Ibis Styles

 LE PERTUIS Le Pertuis

 LE CARRELET Le Carrelet

 MGallery

 GAYA GAYA

 NUXE Spa NUXE

La Grande Terrasse offre à ses hôtes une vraie parenthèse hors du temps, pour un séjour synonyme de luxe et d'apaisement, dans un lieu unique, semblable à une maison de vacances que l'on aimerait retrouver chaque fin de semaine...

Le parcours Marin	4
Mes programmes Thalasso	6
Les espaces du Spa Marin	28
Activités coachées	30
Les hôtels	32
Les restaurants	38
Mémorable moment : Le Carrelet	42
Cartes, chèques cadeaux et programme de fidélité	43
Aux alentours de La Grande Terrasse	44
Lexique des soins	46
Les séjours santé et se rendre à La Grande Terrasse	47





■ LES MASSAGES SOUS PLUIE MARINE (15' ou 30')

- Massage du corps sous une fine pluie d'eau de mer chaude. Effets relaxants et apport en sels minéraux et oligo-éléments.



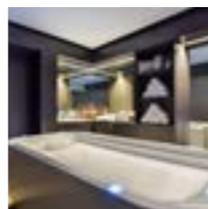
■ LES GOMMAGES SOUS PLUIE MARINE (15')

- Cuvré aux huiles et sels de la Mer Morte. Le magnésium favorise la relaxation et le potassium participe à l'hydratation des cellules.
- Cristal aux huiles et pétales de fleurs, pétales de Calendule et huile essentielle d'oranger associé.



■ LES MASQUES CORPS (20')

- Ce soin reminéralisant et relaxant permet une élimination importante des toxines. Le « lit flottant » distille une agréable sensation d'apesanteur.
- À la crème d'algues laminaires reminéralisante (très concentrée en oligo-éléments). L'apport en sels minéraux et oligo-éléments rétablit par osmose l'équilibre du corps et procure un état de bien-être. La grande richesse des algues se trouve dans la concentration en actifs marins (50 à 2000 fois plus que l'eau de mer).
- Au karité et miel : une cire onctueuse et hydratante, nourrit intensément, prévient le dessèchement et laisse une peau douce, satinée et délicatement parfumée.
- Velours nacré à l'hibiscus : Eau de Mer, extrait de fleur d'hibiscus et de perles composent ce masque corps au parfum et à la texture envoûtante. Revitalise, reminéralise et révèle la beauté et l'éclat de la peau.
- À la crème d'algues fucus aux propriétés lipolytiques reconnues, participe activement au processus d'amincissement.



■ DOUCHE À JET (8')

- Jet d'eau de mer dirigé à distance par une hydrothérapeute. Tonifie les muscles, élimine les courbatures. Action décontractante, relaxante, circulatoire ou affinante.



■ BAIN HYDROMASSANT À LA GELÉE D'ALGUES (15')

- Hydromassage en baignoire par des jets multiples suivant les trajets musculaires et le sens du retour veineux. Décontraction musculaire, action antalgique et circulatoire.
- Absorption transcutanée d'oligo-éléments et sels minéraux présents dans l'eau de mer et les algues. Les gelées d'algues proposées sont reminéralisantes ou relaxantes.



■ LIT HYDROMASSANT - HYDROJET (15')

- Soins secs. Les jets à pression variable de ce matelas à eau à 36°C massent le corps de façon régulière, localisée ou générale (relaxant, tonique ou drainant).



■ WATERMASS (30')

- Ce dispositif d'hydro palper rouler novateur combine le modelage aux huiles végétales, à l'affusion d'eau de mer. Ce soin associe les effets actifs et rapides du modelage lympho-esthétique sur la cellulite et les graisses localisées, à une pure détente après chaque séance.



PARCOURS MARIN



PLAN DU PARCOURS MARIN - 440M² DE BASSINS



ACCÈS SOLARIUM VUE MER

BASSINS ET ANIMATIONS

1. LITS BOUILLONNANTS
2. ASSISES // JAMBES - DOS - FESSIERS - PIEDS
3. BAINS BOUILLONNANTS
4. GEYSER - PÉDI - JET
5. RIVIÈRE DE MARGE
6. MASSAGE DEBOUT
7. COL DE CYGNE // NUQUE - PIEDS
8. BAINS BOUILLONNANTS - JACUZZI XXL
9. BASSIN DE NAGE DE 21M À 29°C
10. BASSIN AQUAFITNESS
11. BASSIN DE DÉTENTE À 32°C
12. PATIO

ESPACES

- A. ESPACE DÉTENTE
- B. SALON DE REPOS
- C. HAMMAMS
- D. SAUNA
- E. SEAU SCANDINAVE

- ✔ **À savoir :** Ouvert de 09h00 à 12h45 et de 14h00 à 19h15.
Accès clients hébergés de 08h00 à 12h45 et de 14h00 à 21h00.
Accès enfants hébergés de moins de 16 ans de 08h00 à 09h00 et de 18h00 à 21h00.

Il n'est pas nécessaire de réserver pour l'accès au parcours marin (accès sous réserve de capacité d'accueil suffisante). Un peignoir, une serviette et un sac vous seront remis dès votre arrivée. Le port de bijoux et de maillot de bain de couleur claire est fortement déconseillé.

- ✔ **À prévoir :** Maillot de bain (slip de bain, short ou boxer acceptés), sandales adaptées (port obligatoire dans l'établissement). Tenue et chaussures de sport obligatoires si vous souhaitez utiliser la salle cardio-fitness.

MES PROGRAMMES THALASSO



2
JOURS

MES 2 JOURS THALASSO
— avec ou sans hébergement

Mon programme



ESSENTIELS THALASSO



- > FORME & VITALITÉ OCÉANE
- > BIEN-ÊTRE



SPA



- > COCOONING MESSAGES & SPA
- > EXCLUSIV' MEN



Accès au parcours marin et salle fitness
inclus sur mes demi-journées de soins



2 JOURS



À PARTIR DE 240€ PAR PERS. 364€* PAR PERS.

FORME & VITALITÉ OCÉANE

Soins marins & activités coachées

6 SOINS

1 Massage sous pluie marine - 15'

2 Séances d'activité coachée aquatique, marine ou terrestre (selon météo)

1 Masque corps velours nacré hibiscus - 20'

1 Hydrojet - Lit hydromassant (relaxant, tonifiant ou drainant) - 15'

1 Bain hydromassant reminéralisant à la gelée d'algues - 15'

Accès au parcours marin et salle fitness inclus sur la 1/2 journée des soins

* Tarif à partir de 240 € par personne, valable pour 2 jours avec 6 soins et disponible aussi à partir de 364 € par personne avec 2 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



2 JOURS



À PARTIR DE 368€ PAR PERS. 492€* PAR PERS.

COCOONING MESSAGES & SPA

1 massage et 2 soins chaque jour

6 SOINS

1 Soin et Massage exfoliant Mille grains Decléor ou Voile de Satin Phytomer - 45'

1 Massage Dos Détox Phytomer - 45'

1 Masque corps - Enveloppement hydratant - 20'

1 Bain hydromassant reminéralisant à la gelée d'algues - 15'

1 Bain hydromassant relaxant au complexe d'huiles essentielles - 15'

1 Hydrojet - Lit hydromassant tonifiant - 15'

Accès au parcours marin et salle fitness inclus sur la 1/2 journée des soins

* Tarif à partir de 368 € par personne, valable pour 2 jours avec 6 soins et disponible aussi à partir de 492 € par personne avec 2 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



2 JOURS



À PARTIR DE 282€ PAR PERS. 406€* PAR PERS.

BIEN-ÊTRE

100% soins marins

6 SOINS

2 Massages sous pluie marine - 15'

1 Bain hydromassant reminéralisant à la gelée d'algues - 15'

1 Masque corps - Enveloppement d'algues + séance de relaxation SoundCare - 20'

1 Hydrojet - Lit hydromassant - 15'

1 Bain hydromassant relaxant au complexe d'huiles essentielles - 15'

Accès au parcours marin et salle fitness inclus sur la 1/2 journée des soins

* Tarif à partir de 282 € par personne, valable pour 2 jours avec 6 soins et disponible aussi à partir de 406 € par personne avec 2 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



2 JOURS



À PARTIR DE 208€ PAR PERS. 332€* PAR PERS.

EXCLUSIV'MEN

Soins décontractants et detoxifiants

1 SOIN SPA ET 3 SOINS MARINS

1 Soin du dos Champagne des Mers - 45'

1 Bain hydromassant - 15'

1 Hydrojet - Lit hydromassant - 15'

1 Masque corps karité miel + séance SoundCare - 20'

Accès au parcours marin et salle fitness inclus sur la 1/2 journée des soins

* Tarif à partir de 208 € par personne, valable pour 2 jours avec 4 soins et disponible aussi à partir de 332 € par personne avec 2 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



ESPACE BEAUTÉ À LA CARTE

Lâchez-prise au Spa Marin, en agrémentant votre séjour d'un massage corps ou soin du visage dans la carte de soins Phytomer et Decléor.



MASSAGE ÉVASION MADAGASCAR 60' - 110 €

Un rêve sensoriel vers une île à part : Madagascar. Un rituel énergisant pour le corps qui célèbre, dans chacun de ses gestes, tout ce qui fait le caractère de l'une des plus grandes îles de la planète : la variété de son relief, la palette de ses climats, la richesse de sa végétation, l'originalité de sa faune, la culture de ses habitants. Chaque manœuvre raconte ainsi une histoire. Bon voyage...



CHAMPAGNE DES MERS SOIN DU DOS DÉCONTRACTANT DÉTOXIFIANT 45' - 90 €

Un gommage, massage ultra-relaxant et décontractant du dos et du cuir chevelu associé à une boue chauffante déminéralisante. Pour un effet détox et anti-stress.



RITUEL SIGNATURE - SOIN DU VISAGE MULTI-VITAMINÉ | 30' - 68 €

Parfait pour tous les types de peaux ayant besoin d'un shoot d'énergie sur une pause détente.

Consultez la carte des soins de l'Espace Beauté
www.la-grande-terrasse.com



MON ESCALE THALASSO
— avec ou sans hébergement

Mon programme



ESSENTIELS THALASSO



- > FORME & VITALITÉ OCÉANE
- > BIEN-ÊTRE



SPA



- > COCOONING MESSAGES & SPA



SANTÉ



- > DOS & CONFORT ARTICULAIRE



Accès au parcours marin et salle fitness
inclus sur mes demi-journées de soins



3 JOURS



FORME & VITALITÉ OCÉANE

Soins marins & activités coachées

À PARTIR DE
342€
PAR PERS.
528€*
PAR PERS.

Les bienfaits de la mer et de son univers, alliés à la détente et aux plaisirs des massages sous pluie marine !
Des activités physiques coachées pour une régénération à votre rythme.

9 SOINS

SOINS DÉTENTE

- 2 Massages sous pluie marine - 15'
- 1 Hydrojet - Lit hydromassant relaxant - 15'

ACTIVITÉS D'OXYGÉNATION

- 3 Séances d'aquafitness - 45' marines ou terrestres (selon météo)

SOIN TONIFIANT

- 1 Hydrojet tonifiant - Lit hydromassant - 15'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

- 1 Bain hydromassant reminéralisant - 15'
- 1 Masque corps Enveloppement velours nacré hibiscus + séance relaxation SoundCare - 20'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+79 € / PERS.

- 1 Massage 15' sous pluie marine 15'
- 1 Masque corps 20'

ME FAIRE PLAISIR
+68 € / PERS.

- 1 Massage corps au choix parmi la carte des soins 30'

ME RÉGÉNÉRER
+110 € / PERS.

- 1 Soin anti-âge jeunesse visage remodelant lift 60'

MINCEUR & FERMETÉ
+71 € / PERS.

- 1 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass

* Tarif à partir de 342 € par personne, valable pour 3 jours avec 9 soins et disponible aussi à partir de 528 € par personne avec 3 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



3 JOURS



BIEN-ÊTRE

100% soins marins

À PARTIR DE
396€
PAR PERS.
582€*
PAR PERS.

Un grand classique de la Thalasso ! Que des soins marins en eau de mer chauffée pour faire le plein de détente, de bien-être et se combler des bienfaits de l'eau de mer.

9 SOINS

SOIN PURIFIANT

- 1 Gommage au sel de la mer morte à l'huile d'abricot ou massage sous pluie marine - 15'

SOINS REMINÉRALISANTS

- 1 Bain hydromassant reminéralisant à la gelée d'algues - 15'
- 1 Masque corps - Enveloppement aux algues + séance relaxation SoundCare - 20'

SOINS DÉTENTE

- 2 Massages sous pluie marine - 15'
- 1 Masque corps velours nacré nourrissant + séance relaxation SoundCare - 20'
- 1 Bain hydromassant décontractant au sel marin - 15'
- 1 Bain hydromassant aux huiles essentielles - 15'
- 1 Hydrojet - Lit hydromassant relaxant - 15'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+79 € / PERS.

- 1 Massage 15' sous pluie marine 15'
- 1 Masque corps

ME FAIRE PLAISIR
+68 € / PERS.

- 1 Massage corps au choix parmi la carte des soins 30'

M'OXYGÉNER
+15 € / PERS.

- 1 Séance d'activité coachée aquafitness, océane ou terrestre

ME RÉGÉNÉRER
+110 € / PERS.

- 1 Soin anti-âge jeunesse visage remodelant lift 60'

MINCEUR & FERMETÉ
+71 € / PERS.

- 1 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass

* Tarif à partir de 396 € par personne, valable pour 3 jours avec 9 soins et disponible aussi à partir de 582 € par personne avec 3 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



3 JOURS



COCOONING MESSAGES & SPA

Un massage par jour

À PARTIR DE
552€
PAR PERS.
* **738€**
PAR PERS.

La sensorialité des massages, les bienfaits des soins marins et des soins esthétiques.
Un vrai plaisir à s'offrir et à offrir...

9 SOINS

SOIN PURIFIANT

1 Soin exfoliant Mille grains Decléor ou Voile de Satin Phytomer - 45'

SOINS RELAXANTS

2 Hydrojets - Lit hydromassant relaxant - 15'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

1 Bain hydromassant reminéralisant à la gelée d'algues - 15'

1 Bain hydromassant relaxant au complexe d'huiles essentielles - 15'

SOINS HYDRATANTS

2 Masques corps - Enveloppement hydratant à l'hibiscus + séance SoundCare - 20'

SOINS DÉTENTE

1 Massage Dos Détox Phytomer - 45'

1 Massage aux huiles végétales - 60'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+79 € / PERS.

1 Massage sous pluie marine 15'
1 Masque corps

ME FAIRE PLAISIR
+68 € / PERS.

1 Massage corps au choix parmi la carte des soins 30'

M'OXYGÉNER
+15 € / PERS.

1 Séance d'activité coachée aquafitness, océane ou terrestre

ME RÉGÉNÉRER
+110 € / PERS.

1 Soin anti-âge jeunesse visage remodelant lift 60'

MINCEUR & FERMETÉ
+71 € / PERS.

1 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass

* Tarif à partir de 552 € par personne, valable pour 3 jours avec 9 soins et disponible aussi à partir de 738 € par personne avec 3 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



3 JOURS



DOS & CONFORT ARTICULAIRE

Soins spécifiques du dos et soins marins

À PARTIR DE
537€
PAR PERS.
* **723€**
PAR PERS.

Quand il devient difficile de se mouvoir sur terre...
Il est beaucoup plus facile de le faire dans l'eau de mer chauffée !
Ce programme vise à vous redonner force et souplesse par des massages et des soins marins relaxants.

9 SOINS

SOIN PURIFIANT

1 Gommage sous pluie marine exfoliant au sel marin et aux pétales de Calendula - 15'

SOIN REMINÉRALISANT

1 Bain hydromassant reminéralisant à la gelée d'algues - 15'

SOINS RELAXANTS

1 Massage sous-affusion marine - 30'

1 Massage décontractant aux huiles végétales - 20'

SOINS SPÉCIFIQUES DU DOS

1 Massage Dos Détox Phytomer - 45'

1 Hydrojet décontractant du dos - 15'

1 Watermass - Palper-rouler sous pluie marine - 30'

2 Masques corps : application de boue marine antalgique + séance relaxation Sound Care - 20'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+79 € / PERS.

1 Massage sous pluie marine
1 Masque corps

ME FAIRE PLAISIR
+68 € / PERS.

1 Massage corps au choix parmi la carte des soins 30'

M'OXYGÉNER
+15 € / PERS.

1 Séance d'activité coachée aquafitness, océane ou terrestre

ME RÉGÉNÉRER
+110 € / PERS.

1 Soin anti-âge jeunesse visage remodelant lift 60'

MINCEUR & FERMETÉ
+71 € / PERS.

1 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass

* Tarif à partir de 537 € par personne, valable pour 3 jours avec 9 soins et disponible aussi à partir de 723 € par personne avec 3 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).

Club *Forme Wellness*

LA GRANDE TERRASSE

Se retrouver, se dépasser, s'oxygéner en compagnie de nos coachs autour d'activités marines, terrestres ou d'aquafitness. Les suggestions de Sandra - Responsable Coaching Club Forme & Wellness



MARCHE OCÉANE

2h00 - À partir de 15 €

Au lieu de 20 € tarif réduit pour les clients hébergés)

Oxygénez-vous en mer en longeant la belle plage de Châtelailon !

Mélange de marche et d'aquagym, ce sport aquatique en vogue procure à l'organisme une formidable pause bien-être. Effet drainant contre la peau d'orange, elle sollicite tous les muscles du corps et le cardio sans aucun choc (Sous réserve de marée et conditions météo).



AQUA-DOS

30' - À partir de 30 €

Au lieu de 40 € tarif réduit pour les clients hébergés)

Axé sur la mobilité du dos, du bassin et des abdominaux, cette pratique soulage l'arthrite, les rhumatismes, l'arthrose, le mal de dos avec des exercices doux qui améliorent votre posture. Laissez-vous guider par le coach. Bien-être assuré.

Découvrez l'ensemble des activités du Club Forme & Wellness
www.la-grande-terrasse.com



6
JOURS

MES 6 JOURS THALASSO
_____ avec ou sans hébergement

Mon programme



ESSENTIELS THALASSO



- > ÉCHAPPÉE MARINE
- > FORME & VITALITÉ OCÉANE
- > BIEN-ÊTRE



SPA



- > COCOONING MESSAGES & SPA



SANTÉ



- > DOS & CONFORT ARTICULAIRE
- > ÉQUILIBRE VITALITÉ & IMMUNITÉ



Accès au parcours marin et salle fitness
inclus sur mes demi-journées de soins



6 JOURS



ÉCHAPPÉE MARINE

100% Soins marins

À PARTIR DE
870€
PAR PERS.
1182€*
PAR PERS.

Pour les puristes des soins d'eau de mer, découvrez ce programme riche de 24 soins individuels proposant un massage par demi-journée de soin.

24 SOINS

SOIN PURIFIANT

1 Gommage ou massage sous pluie marine - 15'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

3 Bains hydromassants à la crème d'algue fucus - 15'
6 Masques corps - Enveloppement aux algues au karité/miel ou à l'hibiscus
2 Bains hydromassants aux huiles essentielles - 15'

SOINS DÉTENTE

3 Massages sous pluie marine - 15'
2 Hydrojets
Lit hydromassant relaxant - 15'
2 Massages détente - 20'

SOINS TONIFIANTS

2 Hydrojets
Lit hydromassant tonifiant - 15'
2 Douches à jet tonifiant - 8'
1 Douche à jet tonique modelant - 8'



6 JOURS



FORME ET VITALITÉ OCÉANE

Forme et vitalité océane

À PARTIR DE
480€
PAR PERS.
792€*
PAR PERS.

Les bienfaits de la mer et de son univers, alliés à la détente et aux plaisirs des massages sous-affusion ! Des activités physiques coachées pour une régénération à votre rythme.

15 SOINS

SOIN PURIFIANT

1 Gommage sous pluie marine - 15'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

1 Masque corps - Enveloppement à la crème d'hibiscus + séance relaxation SoundCare - 20'
1 Masque corps - Enveloppement aux algues reminéralisantes + séance de relaxation SoundCare - 20'
2 Bains hydromassants reminéralisant à la gelée d'algues - 15'
2 Bains hydromassants relaxants au complexe d'huiles essentielles - 15'

SOIN TONIFIANT

1 Douche à jet tonifiant - 8'
ou bain hydromassant ou hydrojet - 15'

ACTIVITÉS D'OXYGÉNATION

3 Séances d'aquafitness - 45'
marines ou terrestres selon météo

SOINS DÉTENTE

3 Hydrojets détente - 15'
1 Massage sous pluie marine aux huiles végétales - 15'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+240 € / PERS.
3 Massages sous pluie marine 15'
3 Masques corps 20'

ME FAIRE PLAISIR
+204 € / PERS.
3 x 30' de massages ou soin du visage à l'espace beauté

M'OXYGÉNER
+45 € / PERS.
3 Séances d'activités coachées aquafitness, océanes ou terrestres

ME RÉGÉNÉRER
+288 € / PERS.
1 Jeunesse visage remodelant lift 60'
1 Détox visage citadine 60'
1 Jeunesse yeux 30'

MINCEUR & FERMETÉ
+245 € / PERS.
2 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass,
2 Masques corps amincissant détoxifiant
1 Hydrojet 15'

* Tarif à partir de 870 € par personne, valable pour 6 jours avec 24 soins et disponible aussi à partir de 1182 € par personne avec 6 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).

* Tarif à partir de 480 € par personne, valable pour 6 jours avec 15 soins et disponible aussi à partir de 792 € par personne avec 6 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



6 JOURS



BIEN-ÊTRE

100% Soins marins

À PARTIR DE
630€
PAR PERS.
942€*
PAR PERS.

Un grand classique de la Thalasso ! Que des soins marins en eau de mer chauffée pour faire le plein de détente, de bien-être et se combler des bienfaits de l'eau de mer.

18 SOINS

SOIN PURIFIANT

1 Gommage ou massage sous pluie marine - 15'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

- 4 Bains hydromassants à la crème d'algue fucus - 15'
- 3 Masques corps - Enveloppements aux algues, au karité/miel ou à l'hibiscus + séance relaxation SoundCare - 20'
- 2 Bains hydromassants aux huiles essentielles

SOINS DÉTENTE

- 2 Massages sous pluie marine - 15'
- 2 Hydrojets - Lit hydromassant relaxant - 15'

SOINS TONIFIANTS

- 2 Hydrojets - Lit hydromassant tonifiant - 15'
- 1 Douche à jet tonifiant - 8' ou hydrojet - 15'
- 1 Douche à jet tonique modelant - 8' ou hydrojet - 15'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+240 € / PERS.

- 3 Massages sous-affusion 15'
- 3 Masques corps 20'

ME FAIRE PLAISIR
+201 € / PERS.

- 3 x 30' de massages ou soin du visage à l'espace beauté

M'OXYGÉNER
+45 € / PERS.

- 3 Séances d'activités coachées aquafitness, océanes ou terrestres

ME RÉGÉNÉRER
+285 € / PERS.

- 1 Jeunesse visage remodelant lift 60'
- 1 Détox visage citadine 60'
- 1 Jeunesse yeux 30'

MINCEUR & FERMETÉ
+240 € / PERS.

- 2 Palper-rouler 30' sous-affusion Watermass,
- 2 Masques corps amincissant détoxifiant
- 1 Hydrojet 15'

* Tarif à partir de 630 € par personne, valable pour 6 jours avec 18 soins et disponible aussi à partir de 942 € par personne avec 6 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



6 JOURS



COCOONING MESSAGES & SPA

Un massage par jour

À PARTIR DE
954€
PAR PERS.
1266€*
PAR PERS.

La sensorialité des massages, les bienfaits des soins marins et des soins esthétiques. Un vrai plaisir à s'offrir et à offrir...

18 SOINS

SOIN PURIFIANT

1 Soin exfoliant mille grains Decléor ou voile de satin Phytomer - 45'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

- 1 Soin Visage - 60' à choisir avec l'esthéticienne
- 3 Bains hydromassants aux huiles végétales ou à la gelée d'algues - 15'
- 3 Masques corps - Enveloppement karité-miel ou hibiscus ou algues + séance SoundCare - 20'

SOINS RELAXANTS

- 3 Massages sous pluie marine - 15'
- 2 Hydrojets - Lit hydromassant relaxant - 15'
- 2 Douches à jets relaxantes - 8' ou hydrojet - 15' ou bain - 15'

DÉCOUVERTE ÉMOTIONNELLE

- 1 Massage visage et cuir chevelu - 30'
- 2 Massages bien-être selon votre choix - 60'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER
+240 € / PERS.

- 3 Massages sous pluie marine 15'
- 3 Masques corps 20'

ME FAIRE PLAISIR
+204 € / PERS.

- 3 x 30' de massages ou soin du visage à l'espace beauté

M'OXYGÉNER
+45 € / PERS.

- 3 Séances d'activités coachées aquafitness, océanes ou terrestres

ME RÉGÉNÉRER
+288 € / PERS.

- 1 Jeunesse visage remodelant lift 60'
- 1 Détox visage citadine 60'
- 1 Jeunesse yeux 30'

MINCEUR & FERMETÉ
+245 € / PERS.

- 2 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass,
- 2 Masques corps amincissant détoxifiant
- 1 Hydrojet 15'

* Tarif à partir de 954 € par personne, valable pour 6 jours avec 18 soins et disponible aussi à partir de 1266 € par personne avec 6 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



6 JOURS



ÉQUILIBRE VITALITÉ & IMMUNITÉ

Soins spa, soins thalasso et coaching

À PARTIR DE
888€
PAR PERS.
➔ **1200€***
PAR PERS.

Retrouver son équilibre et renforcer ses défenses immunitaires.
Offrez-vous les bienfaits de la mer et de son univers pour retrouver l'homéostasie et régénérer votre vitalité par le bien-être et la détente.

18 SOINS + CURE D'EAU DE MER : PLASMA DE QUINTON ●●●●●

SOINS PURIFIANTS

- 1 Soin Champagne des mers Phytomer - 45'
- 2 Masques corps purifiants à la cire détox - 20'

SOINS RÉGÉNÉRANTS

- 2 Masques corps enveloppants d'algues + séance SoundCare - 20'
- 2 Bains hydromassants reminéralisants à la gelée d'algues - 15'
- 2 Watermass - Hydro-palper-rouler - 30'

CONSULTATION MÉDICALE

- 1 bilan santé avec le médecin

ACTIVITÉS D'OXYGÉNATION

- 1 Séance de marche Océane ou Nordique (selon météo)
- 2 Séances d'aquafitness : aqua-cycling ou aquabodyslim - 45'

SOINS RELAXANTS

- 1 Massage visage et cuir chevelu - 30'
- 2 Hydrojets relaxants - 15'

SOINS TONIFIANTS

- 1 Massage Trésor des mers Phytomer - 1h
- 2 Douches à jet - 8'

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER +240 € / PERS.

- 3 Massages sous pluie marine 15'
- 3 Masques corps 20'

ME FAIRE PLAISIR +204 € / PERS.

- 3 x 30' de massages ou soin du visage à l'espace beauté

M'OXYGÉNER +45 € / PERS.

- 3 Séances d'activités coachées aquafitness, océanes ou terrestres

ME RÉGÉNÉRER +288 € / PERS.

- 1 Jeunesse visage remodelant lift 60'
- 1 Détox visage citadine 60'
- 1 Jeunesse yeux 30'



6 JOURS



DOS & CONFORT ARTICULAIRE

Soins spécifiques du dos

À PARTIR DE
762€
PAR PERS.
➔ **1074€***
PAR PERS.

Quand il devient difficile de se mouvoir sur terre... Il est beaucoup plus facile de le faire dans l'eau de mer chauffée ! Ce programme vise à vous redonner force et souplesse par des massages et à vous remettre en mouvement par une activité physique à votre rythme accompagnée par nos coachs.

18 SOINS ●●●●●

SOIN PURIFIANT

- 1 Gommage sous pluie marine - 15'

SOINS SPÉCIFIQUES DU DOS

- 1 Massage Dos Détox Phytomer - 45'
- 2 Séances d'Aqua Dos
- 2 Hydrojets décontractants du dos - 15'
- 1 Watermass - Palper-rouler sous pluie marine - 30'
- 1 Massage décontractant aux huiles végétales - 30'
- 2 Douches à jet drainant dos - 8'

SOINS SPÉCIFIQUES DU DOS (SUITE)

- 3 Masques corps - Application de boue marine antalgique + séance relaxation SoundCare - 20'

SOINS REMINÉRALISANTS

- 2 Massages sous pluie marine - 15'
- 3 Bains hydromassants reminéralisants à la gelée d'algues - 15'

CONSULTATION MÉDICALE

- 1 bilan santé avec le médecin

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER +240 € / PERS.

- 3 Massages sous pluie marine 15'
- 3 Masques corps 20'

ME FAIRE PLAISIR +204 € / PERS.

- 3 x 30' de massages ou soin du visage à l'espace beauté

M'OXYGÉNER +45 € / PERS.

- 3 Séances d'activités coachées aquafitness, océanes ou terrestres

ME RÉGÉNÉRER +288 € / PERS.

- 1 Jeunesse visage remodelant lift 60'
- 1 Détox visage citadine 60'
- 1 Jeunesse yeux 30'

MINCEUR & FERMETÉ +245 € / PERS.

- 2 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass,
- 2 Masques corps amincissant détoxifiant
- 1 Hydrojet 15'

* Tarif à partir de 888 € par personne, valable pour 6 jours avec 18 soins et disponible aussi à partir de 1200 € par personne avec 6 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).

* Tarif à partir de 762 € par personne, valable pour 6 jours avec 18 soins et disponible aussi à partir de 1074 € par personne avec 6 nuits à l'Ibis Styles, petits-déjeuners inclus, en chambre double standard (basse saison).



6 JOURS



DÉTOX DIGESTION & SILHOUETTE

Soins detox & médecin nutritionniste

À PARTIR DE
846€
PAR PERS.
1200€*
PAR PERS.

Fatigué, manque d'entrain, votre ventre est sensible, le moral en berne ? Votre silhouette ou votre poids sont un problème ? Ce sont des signes de surcharge qui signent le besoin de détoxifier le corps.

Le milieu marin apporte de nombreux nutriments pour relancer le métabolisme accompagné de massages adaptés, et d'activités physiques dans l'eau de mer. Profitez de l'air marin pour en tirer tous les bienfaits et vous remettre en mouvement à votre rythme, accompagné des coaches.

18 SOINS

SOINS RELAXANTS

- 1 Massage Aroma svelts - 30'
- 1 Massage visage et cuir chevelu - 30'

SOINS REMINÉRALISANTS

- 1 Masque corps à la cire karité-miel + relaxation SoundCare - 20'
- 1 Bain hydromassant à la gelée d'algues - 15'
- 1 Bain hydromassant au complexe d'huiles essentielles - 15'

ACTIVITÉS D'OXYGÉNATION

- 2 Séances d'aquafitness - 45'
- 2 Marches nordiques ou marches océanes ou équivalent (selon météo)

SOINS DÉTOXIFIANTS

- 1 Soin exfoliant Mille grains Decléor ou Voile de Satin Phytomer - 45'
- 1 Soin detox Sculpt zone - 60'
- 1 Masque corps purifiant à la cire detox + séance relaxation SoundCare - 20'

SOINS DRAINANTS

- 2 Watermass
- Palper-rouler sous pluie marine - 30'
- 2 Hydrojets
- Lit hydromassant raffermissant drainant - 15'

SOINS TONIFIANTS

- 1 Douche à jet tonique modelant - 8' ou hydrojet tonifiant - 15'
- 1 rdv expert nutrition avec un médecin nutritionniste

MES OPTIONS

J'enrichis mon séjour selon ma forme et mes envies grâce aux options :

ME RESSOURCER +240 € / PERS.

- 3 Massages sous pluie marine 15'
- 3 Masques corps 20'

ME FAIRE PLAISIR +204 € / PERS.

- 3 x 30' de massages ou soin du visage à l'espace beauté

M'OXYGÉNER +45 € / PERS.

- 3 Séances d'activités coachées aquafitness, océanes ou terrestres

ME RÉGÉNÉRER +288 € / PERS.

- 1 Jeunesse visage remodelant lift 60'
- 1 Détox visage citadine 60'
- 1 Jeunesse yeux 30'

MINCEUR & FERMETÉ +245 € / PERS.

- 2 Palper-rouler 30' sous pluie marine Watermass,
- 2 Masques corps amincissant détoxifiant
- 1 Hydrojet 15'

SOINS EXPERT SANTÉ

La bonne santé et la bonne forme sont le résultat de plusieurs facteurs dont le bien dormir, le bien manger et le bien bouger en sont les principaux piliers.

Profitez de votre séjour pour prendre rendez-vous avec notre médecin nutritionniste. Acupuncteur, homéopathe, gériologue.



UNE CONSULTATION POUR UNE APPROCHE GLOBALE ET HOLISTIQUE

- Conseils de soins Thalasso
- Conseils de micro nutrition, d'équilibre alimentaire
- Séances d'acupuncteur : douleurs, stress, fatigue
- Consultation holistique : une approche globale pour dépister des dysfonctionnements de l'organisme à partir d'un bilan informatisé et vous proposer des solutions micro nutritionnelles pour rétablir les déséquilibres (flore intestinale, vitamines et oligo éléments, acides gras...)



TARIFS DES CONSULTATIONS

- Consultations médicale 20' - 30€
- Consultation + séance d'acupuncture 40' - 50 €
- Consultation holistique (bilan informatisé inclus) : 60' - 70 €



LA BOUTIQUE

Retrouvez les gammes Phytomer et Decléor, des maillots de bain Amoena et Speedo, accessoires, textiles et souvenirs dans l'espace boutique situé à l'accueil de la Thalasso-Spa Marin.



TARIFS

Femme

Shampooing + Brushing.....	25 €
Shampooing + Coupe + Brushing.....	40 €
Shampooing + Permanente + Brushing.....	53 €
Shampooing + Coloration + Brushing.....	57 €
Shampooing + Permanente + Coupe + Brushing.....	68 €
Shampooing + Mèches + Brushing.....	70 €
Shampooing + Coloration + Coupe + Brushing.....	72 €
Shampooing + Mèches + Coupe + Brushing.....	85 €

À la carte

Shampooing.....	5 €
Soin.....	7 €
Supplément cheveux mi-longs.....	7 €
Supplément cheveux longs.....	14 €
Coupe.....	15 €
Brushing.....	20 €
Permanente.....	28 €
Coloration.....	32 €
Mèches.....	45 €

Homme

Shampooing + Coupe.....	21 €
-------------------------	------

Enfant / Adolescent

Shampooing + Coupe (de 4 à 13 ans).....	16 €
Shampooing + Coupe (de 14 à 17 ans).....	30 €



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS AU 05 46 56 37 97

Salon de Coiffure ouvert du mardi au samedi de 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h30.

www.la-grande-terrasse.com - coiffure@la-grande-terrasse.com

*Découvrez les autres plaisirs
de La Grande Terrasse...*



SPA NUXE

**NUXE**
spa



Spa Nuxe - La Grande Terrasse



Spa NUXE « TOUS LES ÉGARDS SONT POUR VOUS »

Au cœur de l'hôtel MGallery, le Spa NUXE La Grande Terrasse aux senteurs incomparables, vous propose une parenthèse de sérénité totale.

En cabine individuelle ou dans les suites de soins privatives DUO (hammam, douche sensorielle, jacuzzi face à l'océan), l'expertise NUXE conjugue émotions et sensations pour un sentiment unique de bien-être.

À la carte : soins visages et corps, massages d'exception ainsi que les escapades exclusives. L'apaisement est au rendez-vous.

Pour parfaire l'expérience, profitez de la piscine intérieure aux multiples jets, lits bouillonnants et jacuzzi extérieur, du hammam et du sauna aux délicates fragrances.

Aux beaux jours, la piscine s'ouvre sur l'extérieur...
Un lieu magique, pleine vue mer, bercé de lumière et de douceur.

Envie de sport ? Les conseils précis d'un coach en salle de cardio-training ou lors de séances en extérieur dans un environnement naturel privilégié réconcilient l'effort, l'efficacité et le plaisir.

NUXE Massage® : à partir de 70 € un massage de 30 min.

Privatisation Suite NUXE : 160 € la suite pour 1h00.

CARTE DES SOINS
EN LIGNE



Découvrez la Carte des Soins NUXE sur www.la-grande-terrasse.com



IBIS STYLES

ibis
STYLES



THALASSO SPA-MARIN INTÉGRÉE

Hôtel ibis Styles Thalasso



Totalement intégré à la Thalasso - Spa Marin, l'hôtel Ibis Styles et son restaurant Le Pertuis, entièrement rénovés en 2017, dégagent une impression de sérénité, d'espace et de liberté.

Le décor propose, sous l'influence des couleurs de la façade atlantique, des reflets d'ocre, le dessin des baïnes, les oyats, les carrelets, les pas dans le sable d'un retour de pêche.

Une ambiance chaleureuse, à l'abri du vent. Des moments à partager simplement. 70 chambres vue mer ou campagne, parking privé gratuit, terrasse et piscine d'eau de mer chauffée avec vue splendide sur l'océan et les îles. Un paysage changeant au rythme des marées.



WIFI



SOLARIUM



SALLE
CARDIO-FITNESS



8H-13H
14H-21H



EN SAISON
10H-21H

MGALLERY



MGallery Hotel Collection

L'ACCUEIL

Dès l'entrée, le ton est donné... Passé la porte, le lobby accueille les hôtes dans une atmosphère douce et apaisante qui rappelle les nuances de l'océan et met en valeur la décoration moderne du lieu. Les matières nobles qui l'habillent, s'harmonisent parfaitement aux murs peints dans une tonalité sable, rappelant les plages de Châtelailon, face à un feu de cheminée qui vient doucement réchauffer la pièce.

LES CHAMBRES ET SUITES

Les couloirs aux tons bleus et habillés de cadres patinés et de consoles en bois brut perpétuent l'histoire de l'hôtel amorcée dès le lobby. Ils permettent d'accéder aux chambres et suites et rappellent l'atmosphère chaleureuse que procurent les souvenirs dans une maison de bord de mer.

Une harmonie se crée alors entre les textures naturelles (lin, coton), les matériaux nobles et authentiques (bois, acier, verre...), d'une part les jeux de transparence et la clarté des larges baies vitrées faisant face à l'océan, et d'autre part les rendus de matières mates et satinées, rehaussées de quelques touches dorées. D'agréables terrasses, faisant face à l'océan ou surplombant le jardin, magnifient les chambres et suites.



CONCIERGERIE



WIFI



SOLARIUM



SALLE
CARDIO-FITNESS



8H-13H
14H-21H



PLAGE PRIVÉE



AIRE DE JEU
EXTÉRIEURE



LES RESTAURANTS



INTÉGRÉ À LA THALASSO SPA-MARIN & IBIS STYLES

Restaurant Le Pertuis



Pour un déjeuner ou un dîner en toute décontraction, optez pour le restaurant Le Pertuis, à l'hôtel Ibis Styles. Le lieu est un hommage aux bords de mer, à la décoration décalée, très aérée et avec des grandes terrasses pour les beaux jours.

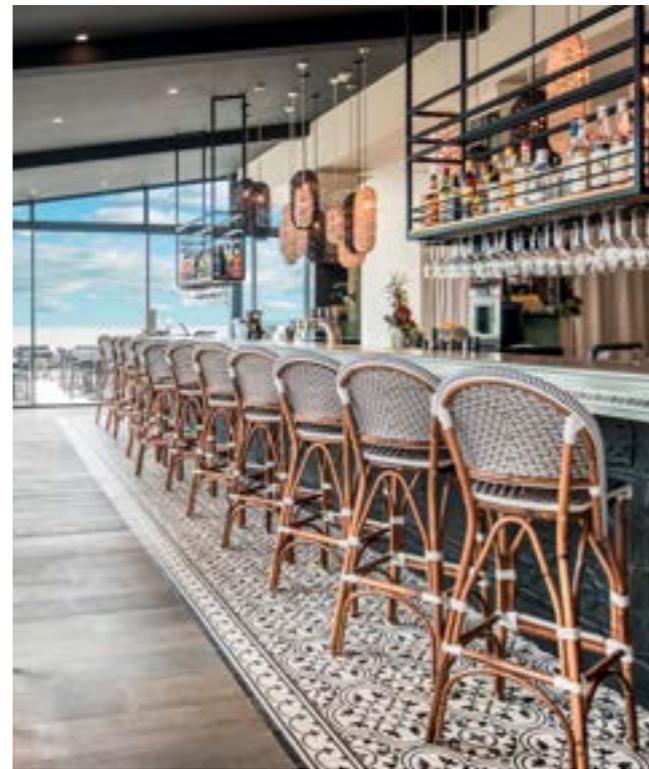
Ici, le Chef crée tous les jours, la carte est en perpétuel mouvement et le menu du jour rend hommage aux produits de saison. C'est une cuisine franche, goûteuse, locale et qui ravit les petits et les grands, sans oublier des plats vegan ou végétariens, pour s'inscrire dans la logique d'une cure de thalasso détoxifiante.

C'est un réel plaisir de venir y prendre son repas lors d'un séjour en totale immersion thalasso ou simplement en vacances ou de passage. L'été, l'accès à la piscine extérieure offre une bonne occasion de se baigner en regardant l'océan tout en sirotant un cocktail !



MENU EN LIGNE





Gaya, cuisine de bords de mer



Pour un déjeuner ou un dîner en toute décontraction, optez pour le restaurant Le Pertuis, à l'hôtel Ibis Styles. Le lieu est un hommage aux bords de mer, à la décoration décalée, très aérée et avec des grandes terrasses pour les beaux jours.



Ici, le Chef crée tous les jours, la carte est en perpétuel mouvement et le menu du jour rend hommage aux produits de saison. C'est une cuisine franche, goûteuse, locale et qui ravit les petits et les grands, sans oublier des plats vegan ou végétariens, pour s'inscrire dans la logique d'une cure de thalasso détoxifiante.

C'est un réel plaisir de venir y prendre son repas lors d'un séjour en totale immersion thalasso ou simplement en vacances ou de passage. L'été, l'accès à la piscine extérieure offre une bonne occasion de se baigner en regardant l'océan tout en sirotant un cocktail !

GAYA
cuisine de bords de mer
PIERRE GAGNAIRETT

MENU
EN LIGNE



Le Bistrot de La Grande Terrasse



Le Bistrot de La Grande Terrasse est devenu le lieu incontournable de la région rochelaise. Son univers est magique : le bar central vous accueille avec des compositions élaborées par une équipe de barmen très créatifs, puis vous jouissez, selon la météo côtière, soit de tables cosy à l'abri des embruns, soit de tables ensoleillées sur la terrasse immense aux canapés moelleux, soit d'un repas au comptoir pour être en symbiose avec le Chef qui cuisine sous vos yeux.

Un espace d'échange et de convivialité qui vous offre une carte pleine d'idées, élaborées avec les mêmes produits frais que ceux du restaurant Gaya, cuisine de bords de mer et qui convient à tous, entre amis, entre collègues ou en famille naturellement. La décontraction est de mise !

Le Bistrot de La Grande Terrasse, c'est aussi son banc d'écailler qui présente des produits locaux, notamment les belles huîtres de nos ostréiculteurs, qui sont élevées juste devant nous, il n'y a pas plus «locavore».

LE BISTROT
DE LA GRANDE TERRASSE

MENU
EN LIGNE





LE CARRELET

MÉMORABLE MOMENT

À La Grande Terrasse le respect de la tradition est important. Nous avons construit LE CARRELET, un ponton de pêche, dans le respect de la coutume charentaise et de la côte ouest. LE CARRELET est à votre disposition pour vos événements : apéritifs, massages NUXE en couple pour une douce détente, repas fruits de mer, et pour toutes autres occasions que vous pouvez imaginer. Être sur LE CARRELET, c'est passer un moment d'exception, hors du temps, face à l'océan, avec un personnel dédié mais en toute discrétion.



Fruits de mer en harmonie

Dégustez un superbe plateau de fruits de mer préparé par notre écailler, en parfaite harmonie avec l'océan.



Assiette Gaya les pieds dans l'eau

Une sélection des créations emblématiques du Gaya à savourer pour un repas en toute exclusivité : feuilletés apéritif, huîtres Pierre Gagnaire, foie gras maison, verrine de crabe, poissons fumés, fromages et les fabuleux desserts du Chef pâtissier.



L'apéritif : la tradition charentaise

Apéritif en famille ou entre amis, profitez d'un moment unique au carrelet.

Cocktail déjeunatoire ou dînatoire.



Louez le carrelet

Profitez d'un moment unique en privatisant ce lieu, un envol sur l'océan.

Plaisir d'offrir

DÉCOUVREZ LES CARTES ET CHÈQUES CADEAUX
Thalasso - Spa Marin / Spa NUXE / MGallery / Ibis Styles
Gaya / Le Pertuis / Le Carrelet





Aux alentours de La Grande Terrasse...



Empruntez le chemin côtier au pied du site pour vous rendre vers le sud au charmant village ostréicole des Boucholeurs ou vers le nord pour découvrir le centre-ville de Châtelaiillon-Plage en longeant la plage.

La situation géographique de Châtelaiillon-Plage vous permettra en quelques kilomètres de profiter des trésors alentour.

Un tour dans la ville de La Rochelle s'impose avec la visite du vieux port, les 2 tours, ses rues à l'architecture préservée, son aquarium unique.



Pour les amateurs d'architecture maritime, direction Rochefort-sur-Mer et son arsenal construit sous Colbert ; la Corderie Royale, l'Hermione, le pont transbordeur sont autant de lieux de visite incontournables durant vos vacances.

Et pour les amoureux de la nature, rendez-vous sur l'île d'Aix vous offrant une vue unique sur le Fort Boyard, visitez la réserve naturelle d'Yves et découvrez le Marais Poitevin lors d'une balade en barque dans cet environnement privilégié.



ACTIVITÉS À PROXIMITÉ :



CASINO



HIPPODROME



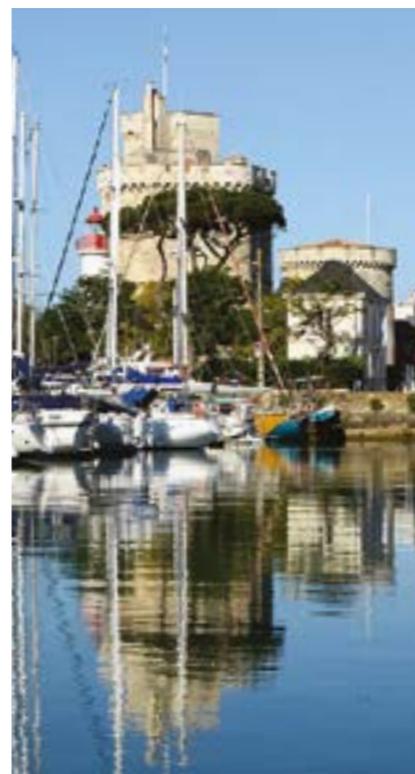
CLUB DE VOILE



GOLF



TENNIS



Office de tourisme de Châtelaiillon-Plage : 05 46 56 26 97
www.chatelaiillon-plage-tourisme.fr

Les séjours santé...



BIEN DORMIR



BIEN MANGER



BIEN BOUGER



THALASSO



BIEN-ÊTRE

Toute notre équipe est là pour vous accompagner et vous aider

LE RENDEZ-VOUS EXPERT

La bonne santé et la bonne forme sont le résultat de plusieurs facteurs dont le bien dormir, le bien manger et le bien bouger sont les principaux piliers.

Profitez de votre séjour avec notre médecin pour une approche globale et holistique :

- > Bilans micro-nutritionnels à la recherche de perturbations de la flore intestinale, du statut des acides gras, des vitamines et antioxydants ;
- > Conseils de micronutrition, d'équilibre alimentaire et d'hygiène du Bien-Être.

Se rendre à La Grande terrasse



À 3H DE
PARIS MONTPARNASSE



À 1H25 DE PARIS-ORLY
DE MARS À OCTOBRE



À 1H30 DE BORDEAUX
À 1H30 DE NANTES



TRANSFERT
GARE / AÉROPORT



PARKING GRATUIT
SUR LE SITE





LA GRANDE TERRASSE

Hôtels & Spas Châtelailon-Plage

La Falaise - 17340 Châtelailon-Plage

Tél.: +33(0)5 46 56 17 17

contact@la-grande-terrasse.com

www.la-grande-terrasse.com

Ouvert 7j/7 | Espace Bien-Être :

de 09h00 à 12h45 et de 14h00 à 19h15

Accueil & réservations : de 08h30 à 19h30

