

NATURALITÉ  
OCEAN  
VITALITÉ  
REMINERALISATION  
EQUILIBRE  
SOINS

*Dossier Presse 2025*



THALASSO CONCARNEAU

SPA MARIN - RESORT ★★★★★





Bretagne  
Terre d'énergies,  
Terre de ressourcement...

*Caroline Mahé-Léa*

Directrice exploitations Thalgo

*Eugénie Lucas*

Directrice Thalassothérapie

**2025 est une année spéciale : Thalasso Concarneau célèbre ses 10 ans !** 10 ans de bien-être et de soins experts. 10 ans d'engagement constant pour créer un lieu où chacun peut se reconnecter à soi dans une atmosphère apaisante et ressourçante.

C'est avec une immense fierté et une grande joie que nous partagerons cette étape importante avec nos clients et notre équipe de professionnels passionnés et investis.

À **Thalasso Concarneau**, nous sommes convaincus que le bien-être repose avant tout sur une harmonie entre le corps et l'esprit. Dans un quotidien parfois marqué par des rythmes effrénés, il est plus que jamais important de s'accorder des moments pour soi, pour ralentir, se recentrer et prendre soin de sa santé globale.

C'est pourquoi nous avons élaboré une carte de cures et de soins experts qui répondent aux maux de notre époque : que ce soit pour retrouver de l'énergie, se libérer du stress, ralentir le rythme, prendre soin de sa santé, améliorer la qualité de son sommeil, ou se reconnecter à soi.

#### Les nouveautés 2025

Nous avons le plaisir de vous présenter "**Sommeil**", un programme exclusif conçu pour améliorer durablement la qualité du sommeil. Dans une époque où le repos est trop souvent négligé, ce programme combine des techniques de soins spécifiques, des activités apaisantes comme la respiration équilibrante et des conseils pour un sommeil réparateur et durable.

Le programme "**Second Printemps**", dévoilé en 2024, continue d'accompagner les femmes pendant la période de la péri-ménopause et ménopause. Il propose des soins adaptés et notamment un nouveau soin Energies Féminines, des conseils d'hygiène de vie et une boîte à outils pour traverser cette étape avec confiance, sérénité et bien-être.

En 2025, "**Énergies des Saisons**" évolue pour être proposé tout au long de l'année. Devenu un pilier de notre approche holistique, ce programme permet de mieux synchroniser son bien-être avec les rythmes naturels afin de traverser chaque saison en pleine forme.

Nous vous invitons à explorer ce dossier de presse pour découvrir toutes nos nouveautés et nos programmes de soins, conçus pour répondre aux attentes d'aujourd'hui, tout en vous préparant à mieux vivre demain.

**Nous nous réjouissons de partager avec vous toute la richesse de Thalasso Concarneau.**

# Sommaire



L'eau de mer : vitale et bienfaitante.....	p. 4
Nouveauté.....	p. 6
Tous les programmes.....	p. 8
Destination Bretagne .....	p. 22
Une signature Spa Marin .....	p. 24
Le Resort et la Résidence.....	p. 28
Tables et saveurs .....	p. 30

# L'eau de mer, vitale et bienfaitante !



L'eau de mer, les algues, les sédiments marins, regorgent de bienfaits pour la santé. Ce sont de véritables trésors thérapeutiques naturels qui régénèrent nos organismes en profondeur pour nous permettre de gagner en énergie et en vitalité.



## Une eau de mer parfaite

L'organisme humain est composé à plus de 70% d'eau. La grande similitude entre le plasma sanguin et le plasma marin en fait un allié santé et immunité de premier choix. Chauffée entre 31 et 33°C dans les piscines, et entre 37 et 38°C dans les bains, elle permet - par principe d'osmose - une dilatation adéquate des pores de la peau pour laisser passer les ions négatifs. C'est la recharge naturelle idéale des organismes fatigués !

**A Thalasso Concarneau**, les ampoules Océanes Thalgo peuvent compléter les programmes de soins. Le plasma marin hypertonique, riche en minéraux et oligo-éléments essentiels, permet une régénération en profondeur pour retrouver un métabolisme énergétique équilibré et réduire ainsi la sensation de fatigue et d'épuisement.

## La pureté et la richesse du climat marin

L'absence de microbes et de germes caractérisent le mieux l'air marin. Le climat tonique de l'Atlantique est particulièrement chargé en oligo-éléments, en ions négatifs et en iode. La force des éléments agit comme un brumisateur naturel. Une règle à suivre : s'oxygéner le plus souvent possible, au plus près des vagues et par tous les temps !

**A Thalasso Concarneau**, le programme Respire est fait pour réapprendre l'essentiel. La puissance du climat marin breton est un plus qui rend particulièrement pertinent ce programme né sur cette côte. A l'évidence, une bonne oxygénation permet de se sentir bien avec soi-même... Il en découle un impact indéniablement positif sur notre santé.

## Le pouvoir des Algues

Grâce à leur concentration en composés bioactifs (jusqu'à 10 000 fois plus que les plantes terrestres), les algues ont des pouvoirs extraordinaires. Avec les soins d'algues : enveloppements & bains, le corps bénéficie d'un shot pur d'oligo-éléments, de sels minéraux, de vitamines, d'acides aminés.

**A Thalasso Concarneau**, les enveloppements sont faits d'un composé unique de 3 algues Thalgo micro éclatées pour créer une synergie reminéralisante des plus riches en thalasso (laminaire, fucus, lithothamne). Elles sont doucement réchauffées au bain marie afin de préserver l'intégralité des minéraux et bienfaits de ce soin unique et hautement reminéralisant.

## Les ions négatifs

Les ions négatifs captés sur le littoral marin sont bénéfiques pour notre santé. Ils sont 1 600 fois plus nombreux que dans l'air urbain. Ils améliorent notre humeur, notre tonus, la qualité de notre sommeil, notre concentration, oxygènent nos tissus... Ils nous rendraient également moins vulnérables au stress. Un vrai boosteur pour l'immunité !

**A Thalasso Concarneau**, les séances d'oxygénation sur la plage sont l'occasion de compléter sa cure en étant guidé par une professionnelle. Capturer ce cocktail santé à plein poumons est la clé de bienfaits immédiats : sentiment de bien-être, stress éliminé et sommeil amélioré.

NOUVEAUTÉ 2025

# Cure Sommeil


## Réapprivoiser le sommeil

Un tiers des Français souffre de troubles du sommeil, souvent comme d'une fatalité. Il existe pourtant des pistes pour reprendre le contrôle de ses nuits. Thalasso Concarneau Spa Marin Resort\*\*\*\* a élaboré une cure Sommeil, un programme exclusif créé par ses équipes. Un temps pour profiter des bienfaits de la thalassothérapie et se faire chouchouter. Un temps pour comprendre ses troubles, expérimenter de nouveaux soins et techniques spécifiques de pointe, s'initier à des activités nouvelles permettant de retrouver un sommeil de qualité.

## Comprendre et agir contre les troubles du sommeil

La qualité du sommeil est un marqueur de bonne santé. Les troubles du sommeil sont multiples : endormissement difficile, réveils nocturnes, sommeil non réparateur ou trop de sommeil pour certains. Thalasso Concarneau a créé une combinaison de techniques douces et de ressources naturelles pour un nouvel équilibre jour/nuite. A l'issue du séjour, chacun aura trouvé dans la « boîte à outils » proposée, les moyens et techniques expérimentés qui lui correspondent.

 6 jours / 6 nuits en chambre double, 1/2 pension, A partir de : 1 872 € TTC/personne

 6 jours/19 soins  
+ 1 séance de Naturopathie

## Les bienfaits de la thalassothérapie, des soins spécifiques et des outils inédits pour réapprivoiser le sommeil

- L'eau de mer des soins d'hydrothérapie, riche en oligo-éléments et minéraux, a des vertus ressourçantes pour diminuer l'anxiété et se détendre.
- L'air marin recharge l'organisme et engendre une saine fatigue propice aux bonnes nuits. Le calme et la lumière apaisent.
- Les soins et massages spécifiques : Dien Chan, Vag'Equilibre, les conseils de Naturopathie et l'activité du corps portent au relâchement.
- L'environnement iodé chargé d'ions négatifs réactive des fonctionnements organiques profonds parfois déséquilibrés.
- L'expérience du PSIO, dispositif innovant, combine relaxation et luminothérapie.

- 1 séance de Naturopathie (90 mn)
- 1 Dien Chan - réflexologie faciale (60 mn)
- 1 soin Vag'Equilibre (60 mn)
- 1 massage Energétique ou Détox ventre (60 mn)
- 2 séances Sommeil (90 mn en début & 30 mn en fin de séjour)
- 1 gommage sous pluie marine (20 mn)
- 1 massage crânien (20 mn)
- 2 bains hydromassants relaxants aux algues laminaires
- 2 enveloppements reminéralisants aux 3 algues
- 2 lits hydromassants
- 1 pluie marine relaxante
- 1 Détente marine (25 mn)
- 1 séance Fit'Zen (60 mn)
- 3 aquagym

## Les 4 grandes spécificités de ce programme

### La séance de Naturopathie

En synergie avec les autres techniques, la Naturopathie guide chacun vers un sommeil plus réparateur. Durant un entretien individuel d'1h30, la naturopathe identifie la source des perturbations et les attentes de chacun, lui donne les clés d'une hygiène de vie adaptée, expose les bienfaits des Fleurs de Bach et propose des astuces à mettre en place.

### La séance Sommeil en mini groupe

Un temps pour comprendre. On y découvre les bases du fonctionnement du sommeil, du système nerveux et du cycle circadien qui régit le sommeil. On apprend le rôle du diaphragme et de la respiration pour atteindre le bien-être. Chacun identifie sa problématique pour intégrer en douceur les solutions adaptées.

Le temps de la pratique. Des techniques nouvelles permettent de réactiver les mécanismes naturels :


- expérimentation de la respiration équilibrante (inspirée de la cohérence cardiaque) qui agit sur le système nerveux autonome.
- découverte du PSIO, un équipement de luminothérapie audio. La « PSIO thérapeute » explique ses bienfaits sur le sommeil et propose une méditation guidée spécifique. Le PSIO est ensuite mis à disposition dans les chambres.

### Vag'Equilibre

Un soin global très rééquilibrant, doux et profond, au rythme des vagues. Vag'Equilibre est le nouveau moment phare de la cure. Il rééquilibre l'activité du nerf vague qui impacte la qualité des nuits, la digestion et l'équilibre émotionnel. Il mêle techniques manuelles – sur le trajet du nerf vague avec réflexologie plantaire – et techniques énergétiques – avec un travail sur les chakras. Il se termine par des conseils et des exercices à reproduire chez soi. Dans le programme et à la carte : 60 mn, 145€

### Le PSIO : Une technologie pour un sommeil serein et réparateur

Le PSIO, tel un stimulateur audio-visuel à fréquence variable, combine luminothérapie et sons. Ces lunettes spécifiques diffusent musique ou voix et stimulent le cerveau par la lumière pulsée ou continue. Elles captent l'attention, aident à éloigner le stress et les ruminations et conduisent doucement à l'endormissement. Souvent les réveils nocturnes sont liés à une tension interne. Après quelques semaines d'utilisation, le PSIO diminue et même supprime ces perturbations. Une lumière spécifique correspondant à l'aube permet un réveil en douceur. Le PSIO est validé par le Laboratoire Français du Sommeil et expérimenté avec succès depuis 20 ans. La NASA l'utilise pour réguler le décalage horaire des astronautes et gérer leur stress. Il fonctionne sans ondes électromagnétiques et est inoffensif pour la rétine. La seule contre-indication est l'épilepsie photosensible.

 **6 JOURS / 18 soins**  
**+ 1 séance de Naturopathie**  
Existe en 4 ou 5 jours


# Second Printemps

## Apprivoiser la ménopause sans tabou.

La vie d'une femme est rythmée par des changements physiologiques, son corps et ses émotions évoluent. Pour mieux vivre la pré-ménopause et la ménopause, Thalasso Concarneau a élaboré Second Printemps, un programme féminin inédit et sans tabou. Un atout majeur pour permettre aux femmes de décomplexer ses transformations et s'en enrichir, rééquilibrer harmonieusement ses énergies, aller de l'avant, s'accepter et s'épanouir. En symbiose avec les fondamentaux de la thalassothérapie pour ses bienfaits reminéralisants, hydratants, stimulants ou vivifiants, ce programme intègre des séances d'aquagym pour garder le corps en mouvement et des soins innovants et experts des énergies féminines.

Pensé pour apprivoiser cette période de bouleversement hormonal et vivre sereinement ce corps parfois modifié, le programme Second Printemps associe les bienfaits avérés de la thalassothérapie à ceux, puissants et subtils de la médecine chinoise pour laquelle le second printemps évoque la renaissance, la libération et la sérénité, auxquelles chaque femme aspire à cette nouvelle période de sa vie. Premier rendez-vous du programme, la séance de Naturopathie associant les Fleurs de Bach, oriente les soins spécifiques à venir et permet de repartir avec des conseils personnalisés à mettre en place au quotidien après la cure.

- 1 séance de Naturopathie & Fleurs de Bach (1h30 mn)
- 1 massage Chrysalide (60 mn)
- 1 soin Dien Chan (60 mn)
- 1 soin Energies Féminines (50 mn)
- 1 séance de Qi Gong (30 mn)
- 1 gommage marin revitalisant
- 1 massage aromatique relaxant (50 mn)
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 3 enveloppements aux 3 algues ou boues marines
- 1 douche à jet
- 1 douche océane drainante
- 1 lit hydromassant
- 1 soin du visage Silicium Lift (60 mn)
- 3 séances d'aquagym

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 974 € /personne.**  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

## COUP DE CŒUR

- Le Qi Gong inspiré de la Fille de Jade, une approche spécifique qui aide les femmes à atteindre la complétude en activant le pouvoir de guérison inné du corps et de l'esprit, sorte de chorégraphie qui inclut l'auto-massage à pratiquer chez soi.
- Le soin visage Silicium Lift Thalgo, le premier soin anti-âge inspiré du «Face Fitness» qui associe un modelage exclusif à un double masque Cryo-fermeté professionnel.



## Le soin Énergies Féminines

Ce soin corps vise l'harmonisation des énergies féminines et la reconnexion au Féminin Sacré. Il aide à libérer les tensions physiques et émotionnelles qui peuvent bloquer le bon fonctionnement du corps et sa circulation énergétique. Par des points spécifiques (carrefours nerveux et énergétiques), le soin permet de relancer cette circulation. Un rééquilibrage des chakras est effectué, avec un focus particulier sur le chakra sacré, tout en ajustant selon les besoins individuels. L'objectif est de reconnecter chaque femme à son énergie profonde, à son intuition douce et puissante, et d'ouvrir une nouvelle voie de bien-être.

## Le soin Dien Chan

Relancer la circulation de l'énergie dans tout le corps, agir sur la vitalité et la qualité du sommeil... le Dien Chan, technique de réflexologie utilise le système nerveux comme voie de communication agissant par stimulation de points sur le visage, en lien avec chaque organe et partie du corps. Il active le système immunitaire, fait circuler les flux et fluides, « décrystallise » les nœuds énergétiques et émotionnels accumulés parfois depuis des années, ressource et détend.

*Dans le programme et à la carte : 60 mn, 145€*

## Le massage Chrysalide

Pratiqué à l'huile et sur tout le corps, ce massage drainant alterne manœuvres manuelles et celles prodiguées à l'aide du Guasha, pour stimuler la surface de la peau, évacuer les toxines, revitaliser les organes, redynamiser et équilibrer les énergies. Le ventre, la vésicule biliaire et le foie – organes qui filtrent le sang – sont particulièrement concernés : les impuretés sont drainées, les toxines sont éliminées, la circulation sanguine est relancée, la production de collagène est stimulée. Ce soin « coup de fouet » booste et procure une sensation de mieux-être immédiate.



# Énergies des saisons

6 JOURS /  
18 soins

## Se sentir bien en toute saison...

Certains s'épanouissent au printemps, d'autres se sentent moins bien en hiver... Thalasso Concarneau Spa Marin Resort\*\*\*\* a élaboré avec Nathalie Debreil un programme en 5 temps qui réconcilie avec la saisonnalité, selon les préceptes de la Médecine Traditionnelle Chinoise. En complément des soins d'hydrothérapie adaptés, des massages et modelages, chaque programme comprend systématiquement une série de 5 soins très spécifiques en lien avec la période de l'année.

- 1 massage Énergies des saisons (60 mn)
- 1 réflexologie de saison (50 mn)
- 1 séance d'automassage avec étirements et méditation du son\*\* (60 mn)
- 1 séance de relaxation aux bols tibétains\*\* (25 mn)
- 1 cours de Qi Gong\*\* (45 mn)
- 1 gommage de saison
- 1 séance de sophrologie ou respiration conscience\* (25 mn)
- 1 soin visage de saison parmi\* : Fondamental de la mer, Spiruline Boost, Marin aux 3 algues (60 mn)
- 7 à 9 soins d'hydrothérapie parmi\* : bain hydromassant, enveloppement, boue marine, pluie marine relaxante, lit hydromassant
- 2 à 3 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues\*
- 1 à 2 massages de 50 mn parmi\* : Indien rééquilibrant, Détox ventre énergétique, Relaxant aux ballotins, Océanique, Énergétique, Respire
- Jusqu'à 3 soins de 20 mn parmi\* : massage crânien, détente marine, massage sous pluie marine

\* Selon la saison choisie - \*\* Soins en mini groupes

 6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 842 € / personne.

## COUP DE CŒUR

- Des protocoles précis sur les méridiens du corps qui lèvent des blocages et relancent les énergies pour des effets durables et profonds.
- Les soins de thalasso rechargent l'organisme en complément, pour un effet amplifié.

## En hiver, on médite et on change de rythme pour se recentrer et se retrouver.

L'énergie de l'hiver favorise plus particulièrement les reins – symboles de l'équilibre – et la vessie qui exprime la difficulté à lâcher-prise. La relation au corps passe par la moelle osseuse et les os, l'émotion ressentie s'apparente à la peur qu'une relaxation guidée aide à évacuer, tandis que le massage sous pluie marine et la séance de pluie marine ont des effets apaisants et relaxants.

## Au printemps, on élimine les toxines pour purifier l'organisme, on rebooste le corps et le mental.

L'énergie du printemps soutient particulièrement le foie – symbole de la confiance – et la vésicule biliaire, siège de l'insécurité et de l'inquiétude. Par le mouvement, Nathalie stimule l'élimination des toxines et redonne un élan au corps. Les muscles et tendons sont assouplis et les sentiments de colère ou de frustration s'estompent.

## En été, on apaise le mental et on libère le corps pour retrouver le calme et la sérénité.

L'énergie de l'été nourrit le cœur – symbole de l'amour – et l'intestin grêle qui symbolise l'intégration et l'assimilation des informations qui arrivent à la conscience. Nathalie intervient dans la relation au corps et au mental ouvrant la voie des émotions positives que sont la joie et le rire...

## Aux intersaisons, on joue la carte de la transition pour un rééquilibrage global.

L'énergie de la terre est favorable à l'estomac – symbole de notre capacité à digérer les idées nouvelles ou les nouvelles situations – et la rate associée à l'idée de nostalgie de regrets ou de soucis. La relation au corps passe par la chair et la muqueuse, les émotions relèvent de l'anxiété et de la rumination. À chaque changement de saison, il est fondamental de s'accorder un temps de pause et de retour à soi, pour se régénérer.

## En automne, on harmonise les énergies émotionnelles, on stimule l'énergie défensive.

L'énergie de l'automne alimente particulièrement les poumons – l'oxygène, c'est la vie – et le gros intestin qui symbolise l'élimination de tout ce que l'on ne doit pas retenir. La relation au corps passe aussi par la peau et les poils, les émotions ressenties sont de l'ordre de la tristesse ou du chagrin.





# Régénérante Post-cancer

 **6 JOURS / 18 soins**  
Existe en 4 ou 5 jours

**Pour toute personne ayant souffert d'une pathologie lourde**


- un cancer, par exemple - et vécu un traitement post-maladie éprouvant, Thalasso Concarneau a mis au point un programme de soins doux et attentifs, respectueux, réconfortants, particulièrement réfléchis pour se reconnecter à son corps.

Une fois que les voyants sont passés au vert, et avec l'accord des médecins traitants, il s'agit de se reconnecter à son corps malmené, le ressentir pour mieux avancer en symbiose avec lui.

Le geste bienveillant et le toucher des thérapeutes, les soins relaxants en pleine conscience et l'attention particulière portée à la réhydratation des tissus - notamment après une chimiothérapie - sont particulièrement bénéfiques. Un programme sous le signe de la détente, du mieux être et de l'hydratation, pour se reconnecter à soi, intimement, passer doucement à autre chose et réapprendre à vivre.

- 1 gommage au gingembre
- 2 bains hydromassants de lait précieux
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 enveloppements hydratants
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 2 lits hydromassants
- 1 rituel corps hydratant Cold cream (80 mn)
- 1 soin visage Prodige des Océans (90 mn)
- 1 massage aromatique relaxant (40 mn)
- 1 massage signature Éveil des Sens (80 mn)
- 1 détente marine (25 mn)
- 1 séance d'aquagym
- 1 séance de méditation (60 mn)

+ 6 ampoules de collagène marin  
Thalgo 10 000

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 848 € / personne.**  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

## COUP DE CŒUR

Les compléments alimentaires Thalgo Collagène marin 10 000 pour une hydratation globale.



# Respire


 **6 JOURS / 21 soins**  
Existe en 4 ou 5 jours

**Pour réapprendre l'essentiel.**

Nous le savons tous, respirer est vital... Mais bien s'oxygéner est primordial ! Nous respirons sans y penser, sans mesurer à quel point cela agit directement sur notre état de santé global, le stress, la concentration, la gestion du quotidien ou des performances sportives.

Comment respirons-nous ?  
Quels sont ces mécanismes qui permettent de développer une meilleure maîtrise de soi, contribuent à renforcer notre système immunitaire, améliorent la qualité du sommeil, boostent notre énergie et nous aident à développer notre potentiel mental et physique ? Bien respirer est un art nécessaire : il nous appartient d'en maîtriser le savoir-faire.

- 1 gommage sous pluie marine
- 2 bains hydromassants de lait précieux
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 3 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 1 douche à jet
- 1 douche Océane drainante
- 1 massage Respire (50 mn)
- 1 massage Océanique au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 massage signature Éveil des Sens (80 mn)
- 1 soin visage marin aux 3 algues (60 mn)
- 1 détente marine (25 mn)
- 1 oxygénation + 4 séances de respiration
- 1 séance d'aquagym

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 806 € / personne.**  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.  
À noter : la cure commence obligatoirement un lundi.

## COUP DE CŒUR

La performance des techniques respiratoires enseignées - véritable boîte à outils pour le futur - associée aux fondamentaux de la thalasso, reminéralisants, relaxants et défatiguants.



## Harmonie

 **6 JOURS / 18 soins**  
Existe en 4 ou 5 jours

### S'inviter à ralentir, en pleine présence.

Prendre le temps de se retrouver, de savourer chaque instant et de se relâcher totalement : Thalasso Concarneau a imaginé un programme "cadeau", conçu pour développer et nourrir une relation à soi, en agissant en pleine conscience et en pleine présence.

Outre les soins iodés, les enveloppements et la balnéothérapie, le programme Harmonie initie des techniques innovantes dispensées par des praticiens experts : le Bhakti massage, un soin extrêmement lent pour un lâcher prise ultime, un massage sonore aux bols tibétains ou encore un massage énergétique qui relance l'énergie vitale.

Une véritable exploration pour libérer les flux d'énergie, retrouver l'équilibre et son énergie vitale.

- 1 gommage marin
- 3 enveloppements hydratants et reminéralisants aux 3 algues
- 1 bain hydromassant aux algues laminaires
- 2 bains hydromassants Eau des lagons
- 1 douche Océane drainante
- 2 pluies marines apaisantes
- 1 Bhakti massage (80 mn)
- 1 massage sonore aux bols Tibétains (50 mn)
- 1 massage énergétique (60 mn)
- 1 détente marine (25 mn)
- 1 massage signature Eveil des Sens (80 mn)
- 1 séance de méditation (60 mn)
- 1 séance d'oxygénation
- 1 soin Dien Chan (60 mn)

### Massage sonore aux bols tibétains

Venu d'Asie, ce soin énergétique utilise le son et les vibrations des bols tibétains pour un lâcher prise physique et mental, un rééquilibrage global du corps, et une harmonisation corps-esprit. Le massage sonore évacue le stress et favorise l'équilibre intérieur. Il apporte une intense sensation de calme et de bien-être, améliore le sommeil, stimule et renforce les défenses naturelles.

Dans le programme et à la carte : 50 mn, 125 €

### Bhakti massage, un soin unique en thalasso

Entre manœuvres et flux énergétique, ce massage apaisant est d'une extrême lenteur. Il alterne les rythmes, toujours très en douceur, pour en profiter pleinement et se détendre en profondeur. Très relaxant, ce massage effectué avec la main toujours en contact et en douces pressions sur le corps, détend et libère les énergies. Ce soin rétablit un véritable équilibre physique et émotionnel pour initier un lâcher prise ultime.

Dans le programme et à la carte : 80 mn, 175 €

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 872 € / personne.**

Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

## Revitalisante

 **6 JOURS / 18 soins**  
Existe en 4 ou 5 jours

### Booster toutes les énergies !

Particulièrement adapté aux personnes fatiguées et en déficit d'énergie, ce programme associe des soins de thalassothérapie relaxants et reminéralisants à de nombreux massages.

La proposition de soins énergétiques est importante et agit efficacement à tous les niveaux : physique, mental, émotionnel et spirituel, à l'image du massage énergétique qui soulage les douleurs, détend et aide à retrouver le bien-être physique et émotionnel. L'énergie vitale – nommée le Qi – est relancée, les blocages liés au stress sont évacués. Pensé pour réveiller et vivifier les fonctions vitales, ce programme libère toutes les énergies et leur offre une meilleure circulation.


- 1 gommage au gingembre
- 1 application de boue marine
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 lit hydromassant
- 1 douche à jet
- 1 douche Océane drainante
- 1 massage énergétique (60 mn)
- 1 massage détox ventre énergétique (50 mn)
- 1 massage Thaï à l'huile (80 mn)
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 1 massage Océanique vivifiant (50 mn)
- 1 soin visage sur mesure (Spiruline boost, Hyalu Procollagène ou Silicium) (60 mn)
- 1 séance d'oxygénation

+ 6 ampoules L'Océane Thalgo plasma marin hypertonique (1 ampoule / jour)

### Massage détox ventre énergétique

Un enchaînement de manœuvres très spécifiques, très douces et travaillant en profondeur les organes du ventre – le centre de nos émotions – permet de relâcher les résistances physiques, émotionnelles et mentales. Un soin puissant qui détend l'organisme et qui délie les énergies négatives : le stress et la fatigue sont réduits, les émotions sont libérées, harmonisées.

Dans le programme et à la carte : 50 mn, 125 €

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 872 € / personne.**  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

### COUP DE CŒUR

L'absorption quotidienne des compléments alimentaire L'Océane Thalgo booste énergie et vitalité.







 **6 JOURS / 23 soins**  
Existe en 4 ou 5 jours

## Reminéralisante


**Reminéraliser son organisme et le détoxifier, s'oxygéner, se recharger en énergies positives grâce aux fondamentaux de la thalasso....**

Les bénéfices sont décuplés avec ce programme premium qui puise sa force dans l'univers marin. Les soins d'eau, les soins d'algues et les massages enrichis en magnésium marin reboostent magistralement le bien-être physique et psychique.

### Sérum d'oligo-éléments ou gelée pure d'eaux-mères de Guérande

Les eaux-mères sont récoltées dans les derniers bassins d'évaporation des salines de Guérande. Ces eaux vivantes, 8 à 10 fois plus concentrées en minéraux et oligo-éléments que l'eau de mer, sont exceptionnellement riches en magnésium, calcium, phosphore, sodium et potassium présents sous forme d'ions actifs. Au moment du massage, la texture gelée enveloppe le corps avec un effet seconde peau pour maximiser l'échange osmotique et décupler son efficacité : les carences en minéraux sont compensées, les tensions musculaires sont soulagées, l'action anti-stress favorise le sommeil.

- 1 gommage sous pluie marine
  - 3 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
  - 3 applications de boue marine
  - 4 bains hydromassants aux algues laminaires
  - 2 douches à jet
  - 1 pluie marine relaxante
  - 1 massage Océanique vivifiant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
  - 1 massage relaxant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
  - 1 soin visage marin aux 3 algues (60 mn)
  - 1 lit hydromassant
  - 3 séances d'aquagym
  - 2 séances d'oxygénation
- + 6 ampoules L'Océane Thalgo, plasma marin hypertonique (1 ampoule / jour)  
+ 1 sachet d'algues pour le bain  
+ 1 pain de savon aux algues

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 824 € / personne.**  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

#### COUP DE CŒUR

- Les fondamentaux de la thalasso pour la reminéralisation.
- Le sérum d'oligo-éléments pour recharger l'organisme.
- Des compléments aux algues pour amplifier les bénéfices de la cure.

 **6 JOURS / 24 soins**  
Existe en 4 ou 5 jours

## Essentielle


**Les fondamentaux de la thalassothérapie.**

Un concentré de bien-être et de vitalité pour ce programme de remise en forme thalasso complet, avec dix-neuf soins individuels et cinq soins collectifs.

- 1 gommage sous pluie marine
- 1 massage aromatique relaxant (20 mn)
- 1 massage crânien (20 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 4 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues
- 2 douches Océane drainantes
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 douches à jet
- 2 pluies marines relaxantes
- 2 lits hydromassants
- 5 séances d'aquagym

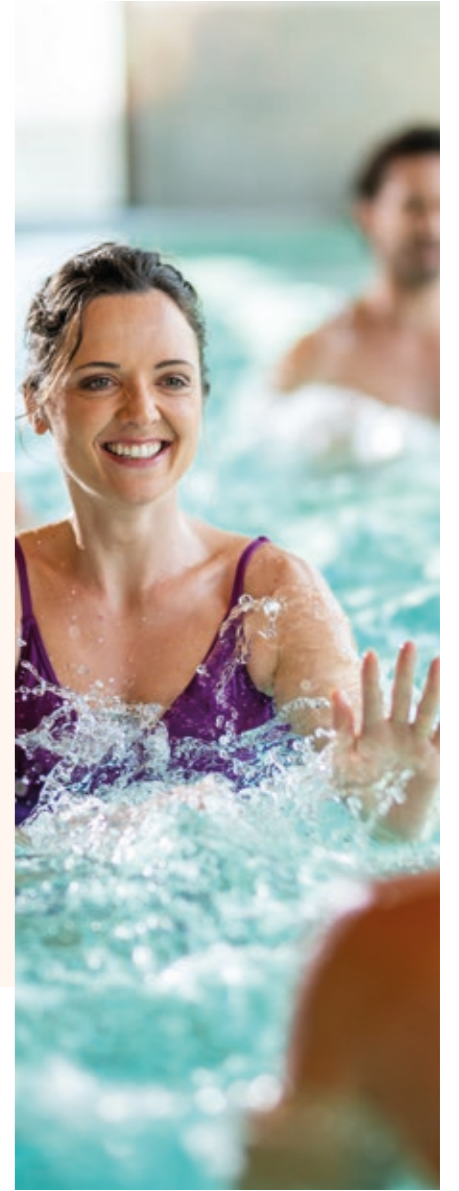
### Les trois algues micro-éclatées Thalgo : le secret d'un enveloppement unique

Puisées en mer d'Iroise, les deux algues brunes *Laminaria digitata* et *Fucus vesiculosus* ont été sélectionnées pour leur forte teneur en zinc, cuivre et manganèse indispensables à la vie et à la beauté, à la jeunesse et à la santé de notre peau. L'algue rouge *Lithothamnium calcareum*, très riche en calcium, magnésium, manganèse, fer et iode a un pouvoir déstressant, relaxant, apaisant et restructurant. Micro-éclatées et uniques par leur procédé de fabrication, ces trois algues sont d'une richesse exceptionnelle en minéraux, vitamines et oligo-éléments essentiels à un soin hautement qualitatif, reconnu pour ses vertus détoxifiantes, reminéralisantes, purifiantes et régénérantes. Le must absolu.

 **6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 524 € / personne.**  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

#### COUP DE CŒUR

En complément des soins essentiels reminéralisants, les massages procurent une détente et un bien-être inégalé.





*Dates proposées en 2025.*

Du dimanche 19 octobre  
au vendredi 24 octobre

# Manger en pleine conscience

📅 6 JOURS / 16 soins  
+ 4 Ateliers  
+ 1 Consultation  
+ 2 Déjeuners de Mindful Eating

## L'anti-régime avec le sourire :)

Les régimes, leurs restrictions et leurs nombreux effets boomerang et pervers ? La barbe ! Thalasso Concarneau a créé un programme anti-régime unique et différent pour une relation corps/esprit saine et apaisée avec la nourriture.

Ce programme novateur et bienveillant alterne des soins silhouette, détox et marins et des séances de Mindful Eating (alimentation en Pleine Conscience) inspirées de l'enseignement du Dr Jan Chozen Bays et du programme MBEAT (Mindfulness). Prodigées par Géraldine Desindes, spécialiste du comportement alimentaire et de la Pleine Conscience, ces séances comportent 2 repas guidés pris ensemble au restaurant, des exercices avec les aliments, des méditations guidées, l'exploration des sensations, de l'image corporelle ou de la notion d'estime de soi. Autant d'outils pour apprendre à manger en Pleine Conscience, retrouver une relation heureuse et apaisée avec la nourriture et notre corps, réduire durablement le stress alimentaire.

Et découvrir de nouveaux comportements pour, une fois rentré chez soi, se donner le temps de mincir durablement tout en gardant le cap vers plus d'énergie et de santé.

🛏 6 jours / 6 nuits chambre double,  
1/2 pension, à partir de 1 854 € / personne.

## COUP DE CŒUR

Le livre «Réapprendre à manger»  
du Dr Jan Chozen Bays OFFERT lors de ce séjour.

- 1 gommage marin
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 enveloppement relaxant et reminéralisant aux 3 algues
- 2 enveloppements au fucus
- 2 douches à jet silhouette
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage détox ventre énergétique (50 mn)
- 1 lit hydromassant
- 1 massage aromatique relaxant (20 mn)
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)
- 2 activités Fit'Zen selon planning
- 1 séance d'oxygénation
- + 4 ateliers de Mindful Eating en groupe
- + 1 consultation de Mindful Eating individuelle
- + 2 déjeuners ateliers avec Géraldine Desindes

- + 6 ampoules activ detox bio Thalgo
- + 6 sachets d'infus'Océane drainage Thalgo

# Yoga & Thalasso

📅 6 JOURS / 13 soins  
+ 5 séances Yoga  
Existe en 4 ou 5 jours

## Le combo parfait et progressif pour se recentrer.

Un séjour à son rythme, pour se reconnecter à soi, en douceur. Durant la semaine, 5 ateliers de Yoga sont proposés en alternance avec les soins et les massages. La pratique des postures – asanas et pranayama – vise à s'assouplir, à renforcer ses articulations, à fortifier son dos et à travailler son équilibre.

Détox, relâchement des tensions, acceptation de sa fatigue, soins marins, beauté et bien-être, mouvements et respiration de yoga, méditation... Au fil des jours l'énergie, la confiance, l'équilibre et le bien-être sont retrouvés. Sans oublier les conseils pour continuer de prendre soin de soi à la maison !

- 1 gommage sous pluie marine
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 enveloppements relaxants et reminéralisants aux 3 algues
- 1 massage Indien énergisant (50 mn)
- 1 massage Thai à l'huile (80 mn)
- 1 réflexologie plantaire (50 mn)
- 1 massage Océanique vivifiant au sérum d'oligo-éléments (50 mn)
- 1 massage sous pluie marine (20 mn)
- 1 lit hydromassant
- 1 séance d'oxygénation
- 1 soin visage sur mesure (Spiruline boost, Hyalu-Procollagène ou Sillicium) (60 mn)
- 5 ateliers de Yoga (Hatha, Yin...)

- + 6 ampoules L'Océane Thalgo (1 ampoule / jour)

🛏 6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension,  
à partir de 1 722 € / personne.

Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



## L'Océane Thalgo

À prendre chaque jour, l'ampoule L'Océane Thalgo - un plasma marin hypertonique - revitalise l'organisme en profondeur.





## Vitalité

Un programme exclusivement composé de soins individuels pour retrouver énergie et vitalité. Les soins de thalassothérapie se conjuguent à merveille avec les massages et vous procurent un bien-être inégalé.

### Hydrothérapie et vitalité : l'équation parfaite !

Les soins d'hydrothérapie (bain, douche à jet, pluie marine, enveloppement d'algues, etc.) sont des soins iodés qui détendent véritablement le corps, revivifient l'organisme.

Leurs vertus en matière de revitalisation et de reminéralisation sont prodigieuses !


#### Pourquoi ?

Parce que l'eau de mer et certains éléments issus du monde marin utilisés en thalassothérapie – algues, boues marines, etc. – possèdent le pouvoir de régénérer l'organisme et de soulager certaines affections chroniques. L'eau de mer est en effet riche en sels minéraux essentiels, tels le chlorure de sodium, le calcium, le magnésium, le potassium, qui apportent des minéraux, des oligo-éléments variés et des vitamines, nécessaires au bon fonctionnement de notre organisme. L'eau de mer contient aussi des ions négatifs bénéfiques pour la santé.

Tous ces trésors marins participent également à éliminer les toxines, à soulager les articulations sans les traumatiser, à renforcer et assouplir les muscles, à rebooster un organisme « fatigué ».

 6 JOURS / 18 soins  
Existe en 4 ou 5 jours

- 1 gommage marin revitalisant
- 1 massage aromatique relaxant (20 mn)
- 1 massage crânien (20 mn)
- 2 massages sous pluie marine (20 mn)
- 2 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues
- 1 enveloppement hydratant
- 2 bains hydromassants aux algues laminaires
- 2 bains hydromassants Eau des lagons
- 1 douche à jet
- 1 douche Océane drainante
- 2 lits hydromassants
- 1 pluie marine relaxante
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)

 6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 686 € / personne.  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.



## Voyage Sensoriel

 6 JOURS / 18 soins  
Existe en 4 ou 5 jours

Au rythme doux de ses escales, ce voyage bien-être et polysensoriel bienfaisant conduit à la sérénité et à l'apaisement. Une évasion plaisir, toujours en lien avec l'océan et ses bienfaits.

### Massages : 4 escales polysensorielles

*Océanique vivifiant.* Après application sur tout le corps d'un sérum d'oligo-éléments, puissant cocktail de minéraux anti-fatigue, le massage est enveloppant, ressourçant et dynamisant. Idéal pour recharger et booster l'organisme.


*French Riviera.* Inspiré de la French Riviera, ce nouveau massage signature Thalgo au galet chaud revitalise le corps et l'esprit. La main de l'esthéticienne reproduit les ondulations de la mer, le galet auto-chauffant exclusif Thalgo favorise la détente et le lâcher prise, tandis que le parfum frais et ensoleillé transporte dans les calanques de la Côte d'Azur. Les 5 sens s'éveillent pour un voyage en Méditerranée...

*Relaxant aux ballotins.* Destination Tahiti, avec ce soin aux ballotins de sable chaud. Les mouvements lents et enveloppants bercent le corps et l'esprit, la chaleur bienfaisante des ballotins exhale les effluves d'huile de Monoï. Un soin absolument relaxant.

*Massage Indien énergisant.* Un combiné de techniques ayurvédiques et de Yoga. Méditation, manœuvres libératrices des énergies au niveau des marmas, lissages, pressions, étirements et respirations se succèdent pour vivre une expérience inoubliable permettant de rééquilibrer le corps et l'esprit.

Dans le programme et à la carte : 50 mn, 115 €

- 1 gommage Îles Pacifiques
- 4 massages évasion (50 mn) : Océanique, French Riviera, Relaxant aux ballotins, Indien énergisant
- 1 massage crânien ou détente plantaire (20 mn)
- 1 bain hydromassant Eau des lagons
- 3 bains hydromassants aux algues laminaires
- 1 bain hydromassant de lait précieux
- 2 lits hydromassants
- 2 enveloppements reminéralisants et relaxants aux 3 algues
- 2 enveloppements hydratants
- 1 soin visage Fondamental de la mer (60 mn)

 6 jours / 6 nuits chambre double, 1/2 pension, à partir de 1 824 € / personne.  
Également proposé en 4 jours / 4 nuits et en 5 jours / 5 nuits.

### COUP DE CŒUR

Découverte d'un massage évasion chaque jour, moments de beauté et soins de thalassothérapie pour un lâcher-prise délicieusement dépayçant.

# Destination Bretagne

## *Concarneau, terre de contrastes!*

Nichée au fond d'une des plus belles baies de Bretagne, cette ancienne place forte appelée la Ville Close est une destination à part, authentique, familiale et métissée.

Entre mer et patrimoine, Concarneau en Finistère Sud joue la séduction. Ville d'art et d'histoire, terre de marins, Concarneau dévoile un îlot fortifié, coeur historique de la ville, mais aussi un port de plaisance, un port de pêche un brin pittoresque et un visage balnéaire séduisant.

Thalasso Concarneau Spa Marin Resort\*\*\*\* jouit d'un emplacement privilégié, face à la belle plage familiale des Sables Blancs et devant l'école de voile qui dispense nombre d'activités nautiques. Depuis la thalasso, on accède facilement à l'agréable corniche surplombant un chapelet de petites plages typiques. Les amateurs de farniente aimeront aussi les plages de sable fin du Cabellou séparées par des rochers protéiformes le long d'une presqu'île... De ravissantes petites criques accessibles bordent également le sentier des douaniers, soit 19 kilomètres de chemins de randonnée.

Au large de la cité, se dessine l'Archipel des Glénan, un petit coin de paradis constitué de sept îlots tutoyant une eau transparente et émeraude et des plages de sable blanc.

La Bretagne Sud possède bien d'autres atouts. Mais il convient de la vivre pour saisir l'ampleur de son charme exclusif...

[www.finisteretourisme.com](http://www.finisteretourisme.com)  
[www.tourismeconcarneau.fr](http://www.tourismeconcarneau.fr)





# Une signature spa marin

*Un lieu unique*



Spa Marin Resort\*\*\*\*  
raffiné et chaleureux.

Dès l'entrée, on note l'alliance subtile et unique entre les codes fonctionnels du Resort, ceux raffinés du SPA et l'univers marin de la thalasso : volumes parés de noir et façades vitrées, vagues minérales qui mènent à l'accueil de la thalasso au décor naturel, souligné de bois.

Un Spa Marin élégant qui fait corps avec la nature.



Tout ici célèbre les bienfaits de l'océan et la poésie des paysages bretons : la pierre brute, l'ardoise, la chaleur du bois, la lumière omniprésente, les notes minérales qui rappellent les vagues et le sable... L'atmosphère est douce et apaisante, sobre et empreinte de naturel.

Face au grand large, le Spa Marin est équipé de deux piscines d'eau de mer chauffée à 32°C, dont un bassin de 40 m<sup>2</sup> avec nage à contre-courant et un parcours marin de 150 m<sup>2</sup> avec cols de cygne, jets massants, aquabeds, etc.

Le **hammam**, blanc, aérien et poétique avec son ciel étoilé, ou le sauna avec ses parois vitrées qui surplombe les bassins et offre une vue panoramique sur le Spa.

Spacieuses mais très intimistes, les **cabines de soins** sont pourvues d'équipements d'hydrothérapie performants et ont été aménagées dans ce même esprit, naturel et apaisant.

Chaque **cabine de soins Spa** - dont quatre avec lumière naturelle - est différente et conjugue la pierre, le bois brut et les tonalités profondes.

Enfin, **la Tisanerie**, face au Spa Marin et à l'océan, invite à se détendre dans de larges fauteuils, sous un ciel de bambous.



**Thalasso Concarneau Spa Marin Resort\*\*\*\* est né de l'union de deux groupes experts.**

Le **groupe HMC** détient le Resort. Présent dans le Pays Basque, en Bretagne, dans les Alpes et dans les Caraïbes, il possède nombre d'établissements : hôtels, résidences, resorts, golf, etc. Le Resort de Concarneau est dirigé par Juan Tena. [www.hmc-hotels.com](http://www.hmc-hotels.com)

Le **groupe Thalgo** a initié la thalassothérapie et son Spa Marin. Expert beauté, minceur et anti-âge, leader de la cosmétique marine professionnelle, présent en thalasso et Spa dans plus de 90 pays, Thalgo est un référent incontesté dans l'univers de la thalassothérapie et un pionnier de la recherche scientifique marine. Caroline Mahé-Léa est directrice exploitations Thalgo, elle est accompagnée par Eugénie Lucas directrice de l'établissement concarnois ouvert en 2015. [www.thalgo.com](http://www.thalgo.com)

# Le Resort\*\*\*\* et la Résidence

*Calme et confort*

Thalasso Concarneau compte deux types d'hébergements différents au sein de sa structure : **un Resort\*\*\*\* et une Résidence**, créations du groupe HMC Hôtel & Resort, avec des chambres profitant d'une très belle vue mer.

Dès l'accueil, le ton est donné. Le Resort de la thalassothérapie de Concarneau affiche un décor moderne et des touches colorées. Mobilier contemporain, larges et confortables canapés, bar couvert d'une cote de mailles métallique, suspensions design, larges baies vitrées, etc. L'atmosphère est bien actuelle, l'espace est agrémenté d'œuvres d'artistes principalement bretons et qui sont renouvelées régulièrement.

Sur trois étages et réparti dans deux bâtiments, le Resort - connecté à l'institut de thalassothérapie - comprend 68 chambres et Junior suites confortables de 19 à 27 m<sup>2</sup>, à la décoration sobre et moderne, toutes avec terrasse ou balcon.

## Hébergement pluriel avec panorama sur mer



## Un espace complet pensé pour les séminaires

Le Resort est en capacité de recevoir jusqu'à 120 personnes en séminaire. Il est équipé d'une salle spacieuse entièrement dédiée à cette activité et parfaitement aménagée, qui peut être scindée en trois espaces distincts. Ajoutons à cela l'accès direct à la thalasso et les partenariats mis en place avec les structures sportives et de loisirs voisines : autant d'atouts majeurs pour un séminaire réussi !

*À partir de 95 € la nuit en chambre double.*

*Et à partir de 680 € l'appartement pour une semaine.*

Informations et Réservation :

02 98 10 90 54 - [resort.concarneau@hmc-hotels.com](mailto:resort.concarneau@hmc-hotels.com)



## COUP DE CŒUR

### La vue !

80 % des chambres offrent un panorama magnifique sur l'océan Atlantique. Dans ce même environnement privilégié et dans le prolongement de la thalassothérapie, le groupe HMC Hôtel & Resort gère également une résidence sur trois étages. Elle dénombre 33 appartements entièrement neufs et parfaitement équipés, du T2 de 35 m<sup>2</sup> au T3 de 45 m<sup>2</sup>, réservables à la semaine ou le temps d'un court séjour.

La piscine extérieure chauffée est commune aux deux établissements.

# Tables & saveurs

## Restaurant Le Domaine

Une cuisine inventive,  
sensible et juste qui apprivoise  
finement la Bretagne



Face à l'océan, le restaurant Le Domaine propose une cuisine contemporaine, inventive et colorée : le chef Armando Nogueira ajoute sa touche personnelle aux produits bretons de la terre et de la mer qu'il réinvente audacieusement à chaque plat. Les fins gourmets s'en réjouissent !

Originaire du Sud-Ouest – terre d'excellence des gastronomes – il se nourrit de son héritage landais et portugais pour impulser un nouvel esprit gourmand au lieu. Son expérience est éloquente : il a exercé ses talents dans les plus belles maisons françaises : Apicius à Paris, la Villa Eugénie à Biarritz (Jim Gautier), le Martinez à Cannes, les Sources Caudalie à Martillac ou encore la Villa Mirasol à Mont-de-Marsan. Son parcours savoureux fait étape à la table du restaurant Le Domaine, et rappelle que chaque produit a son histoire et que chaque goût la conte... Ouvert à la clientèle extérieure de la thalasso, le restaurant propose deux salles au décor contemporain, l'une entourée de larges baies vitrées découvrant l'Atlantique, l'autre plus feutrée, protégée par des parois réinterprétant des moucharabiehs.



### Une cuisine instinctive !

Instinctives, locavores, saisonnières et légumières, les propositions quotidiennes d'Armando Nogueira se traduisent par une carte courte qui laisse toute créativité au chef. Une belle alchimie entre les produits de la terre et de la mer, des propositions végétariennes et singulières à la demande et une maîtrise absolue du foie gras sous toutes ses formes : son savoir-faire hautement réjouissant sait à la fois être light ou addictivement gourmand.

### Ses spécialités ?

Des secrets de cuisine bien gardés, qui magnifient l'association d'anchois et de veau, de chipirons – ou calamars – et d'agneau, de pigeonneau et d'algues. Des algues qu'il aime travailler sous des formes inédites : ses tartares de salicorne ou de wakamé jubilatoires, son travail sur les herbes fraîches aromatiques - mélisse, verveine, estragon, coriandre... - mérite grandement le détour.

À partir de 29 € (entrée + plat ou plat + dessert),  
et à partir de 37 € (entrée + plat + dessert).

Informations et Réservation :  
02 98 10 90 54 - [resort.concarneau@hmc-hotels.com](mailto:resort.concarneau@hmc-hotels.com)





---

### RELATIONS MEDIA

Violaine Marin  
06 22 82 27 44  
violaine@agence-k-v.com

### THALASSO CONCARNEAU

02 98 75 05 40  
contact@concarneau-thalasso.com  
www.concarneau-thalasso.com

### POUR VENIR

En avion : 1h30 Paris Orly / Quimper  
En voiture : 5h15 de Paris en passant par Le Mans, Rennes, Lorient  
Par le TGV : À partir de 3h45 Paris Montparnasse / Quimper



THALASSO CONCARNEAU

SPA MARIN - RESORT ★★★★★