

# Quiberon

## Hôtel Thalasso \*\*\*\*



### 1- LE CENTRE DE THALASSO

**A**u bord de l'Océan Atlantique, en Bretagne Sud, découvrez la splendide et mythique Presqu'île de Quiberon entre nature sauvage et bleu profond de la mer. Plages, grottes, arches et autres paysages impressionnants qu'ont façonné les vagues puissantes de l'océan constitueront le cadre enchanteur de votre séjour thalasso...

Idéalement situé sur la pointe de Goulvars, l'un des sites le plus remarquables de la Presqu'île, le centre de thalassothérapie de Quiberon est un havre de sérénité au cœur d'une nature encore intacte. Directement relié à l'Hôtel Thalasso 4 étoiles, il vous propose un espace dédié au bien-être du corps et de l'esprit. Entièrement rénové en 2004, il est équipé avec du matériel à la pointe de la technologie et vous fera profiter de son savoir-faire et de sa palette de soins qui tirent profit de tous les bienfaits de la mer.

Vous vous laisserez aller entre les mains habiles d'une équipe de thérapeutes, de kinésithérapeutes, d'hydrothérapeutes et d'esthéticiennes hautement qualifiés qui vous prodigueront des soins d'exception.

Cure Subliminceur, cure Jeune Maman, cure Remise en Forme ou encore cure Masculin Tonique vous aideront sans nul doute à repartir du bon pied de votre séjour en Bretagne.

Ce centre thalasso comprend un parcours aquatique avec vue sur l'océan ainsi qu'un bain bouillonnant extérieur panoramique. Sauna, hammam, fitness et aérosol complètent les installations. L'Espace Beauté vous réserve, quant à lui, une parenthèse de douceur avec des soins esthétiques, minceur, ou coiffure.

Sur la Presqu'île de Quiberon, vous serez captivé par d'innombrables trésors et richesses... Le centre de thalassothérapie sera votre point de départ pour aller à la découverte de ce lieu célèbre pour sa culture et ses traditions authentiques, ses mégalithes préhistoriques, ses plages, ses criques et ses paysages à couper le souffle. Relaxation, repos, bien-être et beauté seront les maîtres-mots de votre thalasso à Quiberon sur fond de charme et d'évasion...

## 2 - LES CURES ET SOINS PROPOSÉS

### Court Séjour Thalasso

#### Découverte

##### 2 ou 3 jours (3 ou 6 soins)

Découvrez ou redécouvrez les bienfaits de la thalassothérapie en week-end ou pendant la semaine grâce à ce court séjour.

##### **Au programme, 3 soins par jour parmi :**

- bain hydromassant
- bain multi-jets
- douche à jets
- parcours aquatique (40 minutes)
- soin en piscine
- algorithérapie...

Vous pourrez débiter ce Court Séjour Découverte n'importe quel jour de la semaine.

### Court Séjour Thalasso Tonique

#### 2 ou 3 jours (3 ou 6 soins)

Ce court séjour se décline en formule 2 jours ou 3 jours avec 3 soins quotidiens.

##### **Le Court Séjour Tonique sur 2 jours comprend :**

- 6 soins de thalassothérapie parmi :
  - modelage vitalité d'une heure
  - modelage sous affusions
  - douche à jets toniques
  - aquagym tonique
  - bain hydromassant aux algues
  - parcours aquatique...

##### **La formule sur 3 jours de soins vous fera profiter de :**

- 9 soins de thalassothérapie parmi :
  - modelage vitalité d'une heure
  - modelage sous affusions
  - douche à jets toniques
  - aquagym tonique
  - bain hydromassant aux algues
  - parcours aquatique
  - réflexologie plantaire...

### Court Séjour Thalasso Beauté

#### 2 ou 3 jours (3 ou 6 soins)

Disponible sur 2 ou 3 jours, ce court séjour vous propose de vous refaire une beauté dans le cadre vivifiant de Quiberon.

##### **Sur 2 jours de soins, vous profiterez de :**

- 6 soins spa et thalassothérapie parmi :
  - soin pureté visage d'une heure
  - modelage relax' corps
  - peeling corps cristal marin
  - modelage sous-affusions
  - bain hydromassant
  - douche à jets...

##### **Le Court Séjour Beauté sur 3 jours comprend :**

- 9 soins spa et thalasso parmi :
  - soin pureté visage d'une heure
  - modelage relax' corps
  - peeling corps cristal marin
  - modelage sous-affusions
  - bains hydromassants
  - douche à jets
  - Shiatsu visage
  - Algo fucus...

### Court Séjour Thalasso Zen

#### 2 ou 3 jours (3 ou 6 soins)

##### **Au programme du Court Séjour Zen sur 2 jours, vous profiterez de :**

- 6 soins de thalassothérapie parmi :
  - modelage sous affusions
  - modelage relaxant d'une heure
  - algorithérapie
  - bain hydromassant
  - douche sous-marine
  - bain multi-jets...

##### **Sur 3 jours, vous profiterez des soins suivants :**

- 9 soins de thalassothérapie parmi :
  - modelage sous affusions
  - modelage relaxant d'une heure
  - algorithérapie
  - bain hydromassant
  - douche sous-marine
  - bain multi-jets
  - Shiatsu visage
  - massage aux huiles relaxantes...



## Cure Thalasso Jeune Maman

**6 jours (24 soins)**

Cette cure est idéale pour les jeunes mamans qui souhaitent retrouver forme et équilibre après la naissance de bébé.

Spécialement étudiée pour combattre les désagréments liés à la grossesse, elle redonnera dynamisme et énergie à votre corps et pourra même vous aider à perdre quelques kilos superflus.

**Au programme, 4 soins quotidiens sur 6 jours parmi :**

- massages
- bain hydromassant et affusions
- parcours aquatique
- douche sous marine et à jets
- gym jeune maman
- cryo-enveloppement
- enveloppement d'algues raffermissant
- aquagym jeune maman
- phlébotones...

À noter que cette cure peut être réalisée entre 3 et 8 mois après l'accouchement. Bébé pourra être gardé par une baby-sitter pendant toute la durée de vos soins (en supplément et à réserver sur place).

## Cure Thalasso Remise en Forme

**6 jours (24 soins)**

Offrez-vous les bienfaits de la thalasso avec cette cure qui se décline au masculin comme au féminin.

Le centre de thalassothérapie de Quiberon vous propose un programme tonifiant et revitalisant afin que vous retrouviez énergie et vitalité.

**Au programme, 4 soins quotidiens parmi :**

- bain multi-jets
- bain hydromassant
- douche sous-marine
- massage
- douche à jets
- affusion
- algothérapie
- parcours aquatique...

Sur les bords de l'Océan Atlantique, dans un environnement propice à la relaxation du corps et de l'esprit, profitez du cadre profondément ressourçant de Quiberon pour vous évader en toute quiétude...

## Cure Thalasso Santé

**6 jours (24 soins)**

Récupérer après un accident ou une intervention chirurgicale est souvent une étape longue et éprouvante, qui nécessite un accompagnement et une prise en charge spécifique.

Cette cure vous aidera à vous remettre sur pied en douceur. Par ailleurs, le cadre vivifiant du grand large vous aidera à surmonter problèmes articulaires ou musculaires ou encore période de rééducation fonctionnelle.

**Au programme, 4 soins quotidiens parmi :**

- boues marines
- rééducation fonctionnelle en piscine
- jets sous-marins
- bain multi-jets
- douche à jets
- douche sous-marine
- messages thérapeutiques
- électrothérapie
- bain hydromassant...

Au bord de l'Atlantique, au milieu de la lande sauvage environnante, vous vous ressourcerez en profondeur et repartirez du bon pied de votre séjour en Bretagne...

## Cure Thalasso Subliminceur

**6 jours (27 soins)**

Cette cure s'adresse aux personnes qui souhaitent perdre quelques kilos superflus sans pour autant suivre un régime alimentaire stricte.

Vous pourrez combiner cette cure avec le menu bien-être du restaurant gastronomique de l'Hôtel et ainsi allier plaisir des papilles et cuisine équilibrée.

**Au programme de chaque jour, vous profiterez de 4 soins quotidiens parmi :**

- bain hydromassant
- bain multi-jets
- douche à jets
- enveloppement d'algues
- douche sous affusion
- douche sous-marine...

**Le Plus de la Cure Thalasso Subliminceur :**

- 3 soins esthétiques répartis sur le séjour (1 soin tous les 2 jours) parmi soin du visage et soin du corps.



## Cure Thalasso Masculin Tonique

### 6 jours (28 soins)

Cette cure a été conçue pour les messieurs proches de la quarantaine souhaitant faire une pause de détente dans le cadre tonifiant de Quiberon.

La thalasso vous propose de garder la forme et d'optimiser votre condition physique en associant activités sportives et soins de thalassothérapie.

**Au programme de cette cure de 6 jours, vous profiterez de 4 soins quotidiens parmi :**

- douche à jet
- douche sous marine ou massage
- affusions
- bain multi-jets
- bain hydromassant
- parcours aquatique
- jets sous-marins
- algothérapie...

**En plus des soins thalasso, vous profiterez de 4 soins esthétiques répartis sur les 6 jours parmi :**

- soin du visage
- massage à 4 mains
- soin du dos
- soin du cuir chevelu

**Le Plus de la Cure Thalasso Masculin Tonique :**

- 1 bilan complet d'une heure en début de cure (pour la mesure de votre vitalité : le H Scan)
- 1 suivi personnalisé par un responsable

## Cure Thalasso Esthétique Marine

### 6 jours (30 soins)

Si vous souhaitez une peau plus rajeunie et éclatante de santé, cette cure est faite pour vous !

**Au programme de chaque jour, vous profiterez de 4 soins de thalassothérapie parmi :**

- massage (1 jour sur 2)
- douche sous marine (1 jour sur 2)
- jets sous-marins
- douche à jet
- bain hydromassant
- affusions
- bain multi-jets
- algothérapie
- parcours aquatique...

**Votre beauté ne sera pas en reste car vous profiterez en outre d'un soin esthétique par jour, parmi :**

- peeling du corps Cristal Marin
- soin spa du visage nettoyant et purifiant
- soin des mains à la paraffine ou soin capillaire sur mesure
- total relax visage
- enveloppement aux huiles essentielles
- soin zones fragiles (contours des yeux et des lèvres à la feuille de collagène)...

## Cure Thalasso Jambes Toniques

### 6 jours (30 soins)

Cette cure est idéale pour les personnes souffrant de problèmes circulatoires et veineux. Il vous aidera à soulager les sensations de lourdeur, de gonflement et de fatigue des jambes.

**Vous profiterez de 5 soins quotidiens parmi :**

- drainage veineux manuel
- pressothérapie
- cryo-enveloppement
- douche sous marine
- bain multi-jets
- bain hydromassant
- parcours aquatique
- affusions
- phlébotone...

L'eau de mer étant particulièrement réputée pour ses propriétés bienfaitantes, elle vous aidera à lutter contre l'insuffisance veineuse.

Chauffée, elle a par ailleurs une action bénéfique qui permet de réguler la circulation sanguine.

## Infos pratiques :

- Vous pouvez vous présenter muni d'un certificat médical d'aptitude délivré par votre médecin traitant ou choisir d'effectuer la visite en début de séjour.
- Libre accès au hammam, sauna, fitness et aérosol pour les curistes hébergés. Sophrologie et yoga sont proposés en option.
- Sandales, bonnet et maillot de bain peuvent être achetés sur place à la boutique du centre thalasso.

### 3 - L'HEBERGEMENT

Dans un cadre naturel face à l'Océan Atlantique, l'Hôtel Thalasso 4 étoiles allie confort, élégance et luxe pour vous offrir un séjour en Bretagne des plus toniques et reposants !

Il dispose de 133 chambres et 2 appartements confortables et de grand standing (dont 56 Chambres Jardin, 60 Chambres Vue Mer, 8 Chambres Salon Junior sur Mer, 7 Chambres Salon Senior Vue Mer).

Tous affichent une ambiance chaleureuse et sont décorés dans des tons doux et naturels. Ils sont équipés de : chauffage individuel, téléphone avec ligne directe, radio, télévision écran LCD avec satellite, minibar, coffre-fort et sèche cheveux dans la salle de bain. Certaines chambres ont également un accès Internet Wifi.

À noter que l'Hôtel propose également des chambres communicantes ainsi que des chambres adaptées aux personnes à mobilité réduite.

Selon vos envies ou besoins, vous pourrez également choisir d'être hébergé à l'Hôtel 4 étoiles Diététique à proximité ou encore à l'Hôtel 2 étoiles qui se situe à 300 mètres du centre thalasso. À noter que la cure Subliminceur est réalisable uniquement si vous êtes hébergé à l'Hôtel Thalasso 4 étoiles.

### 4 - LA RESTAURATION

Les restaurants de l'Hôtel sont une invitation à la découverte des produits du terroir... Dans un cadre des plus agréables avec une vue sur le bleu profond de l'Océan, vous dégusterez une cuisine gastronomique avec de nombreux produits de la mer ou des menus plus légers.

#### Restaurant Gastronomique

Ce restaurant, en surplomb de l'Océan Atlantique, offre une vue exceptionnelle sur la mer. Sa cuisine savoureuse et équilibrée ravivera les palais les plus exigeants ! Chaque semaine est organisée une soirée découverte où les fruits de mer sont mis en avant. Comprise dans la formule demi-pension, cette soirée sera l'occasion de déguster par exemple un demi-homard !!!

Dans le cadre de la Cure Subliminceur, le Chef propose également un menu bien-être établi avec la diététicienne.

#### Restaurant et Bar côté jardin

Dans une ambiance décontractée, ce restaurant vous propose des formules simples et rapides pour un déjeuner en toute simplicité. Face à l'Océan, vous dégusterez un savoureux buffet de hors d'œuvres ou le plat du jour. Ouvert uniquement entre 12h et 14h, de mars à novembre.

De 9h à 18h, le restaurant se transforme en un bar intime et convivial... Cocktails, jus de fruits, jus de légumes, boissons fraîches ou chaudes vous accompagneront tout au long de votre soirée...

### 5 - DECOUVERTE DE QUIBERON ET DES ENVIRONS

L'Hôtel offre un point de départ idéal pour aller à la découverte des nombreux trésors que recèlent la Presqu'île de Quiberon et le Sud de la Bretagne...

Ajoutez une touche de détente à votre thalasso en faisant un détour par la côte Est de la Presqu'île. Les belles plages de sable vous accueilleront à la fois pour vos moments de farniente et pour vos généreux bains de soleil... Ou peut-être préféreriez-vous simplement vous offrir de longues promenades le long du port Haliguen ou sur les plages de sable fin parsemées de coquillages ?



Si vous êtes un amateur de découvertes culturelles et historiques, vous ne manquerez pas d'admirer les milles et une richesses qui font la renommée de la Côte Sauvage, à l'Ouest de la Presqu'île.

Découvrez également le Vivier, le trou du souffleur, la fontaine de Port Kerné, la pointe de Kervihan où affleurent les fortifications d'un camp néolithique, Port Bara et sa grotte visible à marée basse, la plage de Port Blanc et son arche, la pointe du Percho dominée par les vestiges d'un poste de douanier et la pointe de Beg en Aud et son camp vénète.

Les plus aventureux se feront une joie d'aller à la découverte du Sud le temps d'une excursion à la journée ou à la demi-journée.

La ville pittoresque d'Auray, le charmant port de plaisance de Trinité sur Mer, l'historique Carnac ou encore les magnifiques îles de Belle-Ile-en-Mer, Houat et Hoëdic sauront vous émerveiller à coup sûr !

## 6 - ACTIVITES

Vous profiterez de votre thalasso à Quiberon pour vous adonner aux activités et loisirs que vous proposent l'Hôtel et les alentours.

Côté activités terrestres, vous pourrez profiter de : VTT, Qi-Gong, tennis, équitation à 1 km, Casino à proximité.



Le golf vous passionne ? Vous trouverez non loin de l'Hôtel 2 parcours d'exception qui plairont à la fois aux amateurs et aux professionnels de la petite balle blanche : un 18 trous par 72 et un 9 trous par 35. Au cœur d'une splendide forêt de chêne et de pins, vous profiterez de : 1 practice couvert de 10 postes, 10 postes découverts sur tapis, 10 postes découverts sur herbe, 2 putting greens, 2 greens d'approche et des bunkers d'entraînement.



Si vous êtes un amoureux de sports nautiques, vous aurez de quoi meubler votre temps libre à Quiberon. A deux pas de votre hôtel, la grande bleue se dévoile à vous dans toute sa splendeur ! Voile, char à voile, planche à voile kayak de mer, pêche ou encore plongée feront le bonheur des petits et grands...

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Train :

- Gare d'Auray à 30 km
  - TGV Paris / Auray : 3h30
- Service de navette entre la gare et l'Hôtel (nous consulter pour les horaires)

### Voiture :

- Paris / Quiberon : 500 km
- Rennes / Quiberon : 155 km

### Avion :

- Aéroport de Lorient à 50 km
- Vol Paris / Lorient : 1h

## POUR RÉSERVER :



Appel gratuit (depuis un poste fixe)

	0800 800 136
	00800 0800 8088
	866 676 2416
	866 676 2417

Autres Pays (appel non surtaxé) : 0033 5 620 777 40

[www.thalasso-line.com](http://www.thalasso-line.com)