



LA CURE AYURVÉDIQUE

Préventive et curative, cette cure vise à optimiser le bien-être corporel et spirituel. 12 soins de thalassothérapie (bains bouillonnants, boues marines...) sont associés à des soins plus spécifiques comme un gommage aux épices, un atelier de méditation ou un modelage pieds au bol Kansu. Le séjour est rythmé par des conseils pour adopter une hygiène de vie plus saine. Thalasso Serge Blanco à Hendaye, cure rencontre ayurvédique, 6 jours, dès 1 698 € en demi-pension. Thalassoblanco.com.