

RELAIS THALASSO

- ÎLE DE RÉ -



CARTE DES SOINS 2021

LA MER
PREND SOIN
DE VOUS

SOMMAIRE

Le spa marin	04
Les soins visage	06
Les soins corps	10
Les soins santé	16
Les soins de thalassothérapie	18
Les rendez-vous experts	20
Les journées bulles	22
Les week-ends	24
Le Wellness club	26



Découvrez la région
de l'Île de Ré



LE RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

ENTRE PLAGE ET VIGNES

Au pied de l'océan, le RELAIS THALASSO Île de Ré est un paradis au paradis. On y vient pour se détendre, se faire du bien, se régaler et l'on s'y sent chez soi grâce à l'esprit chaleureux des lieux. Il n'y a plus qu'à se laisser porter, les équipes chaleureuses et bienveillantes feront de chaque séjour une plongée dans l'océan du bien-être car, au cœur de l'esprit Wellness RELAIS THALASSO, l'activité sportive, la nutrition et le sommeil constituent le meilleur chemin vers un épanouissement durable.



SAVOURER LE PANORAMA

LES PIEDS DANS LE SABLE

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



PLAISIR D'UN BAIN CHAUD EN EXTÉRIEUR

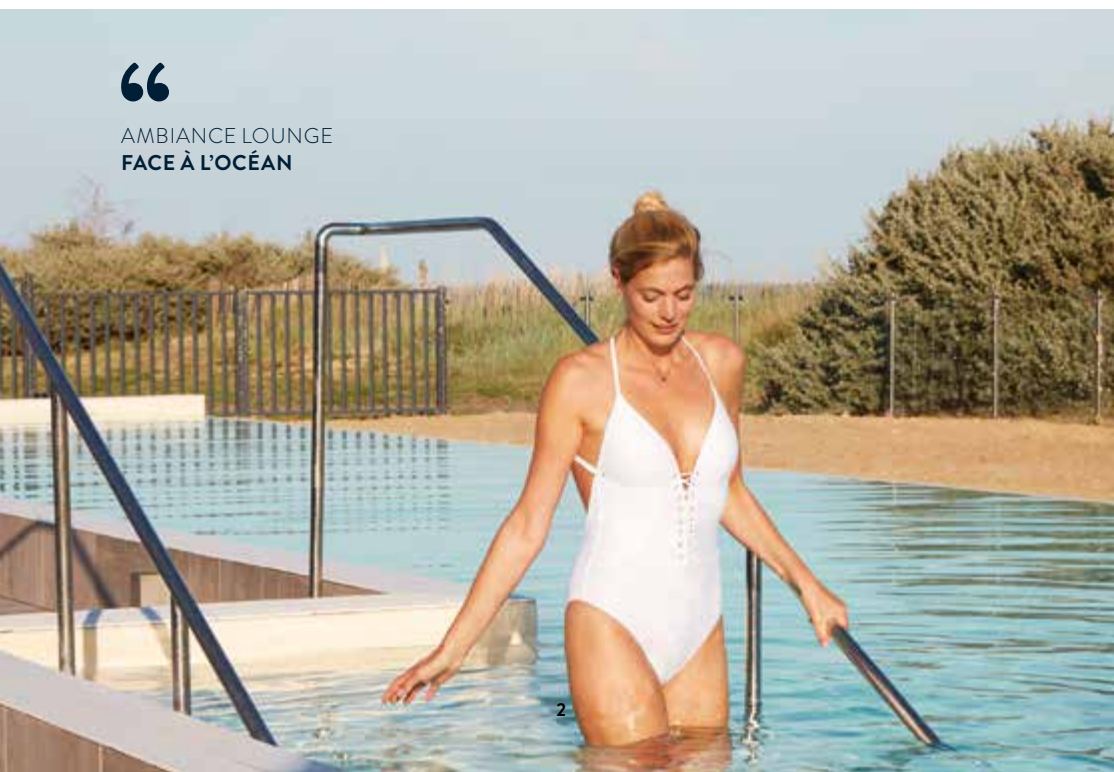
UNE PISCINE D'EAU DE MER

Pour une baignade exceptionnelle, le RELAIS THALASSO île de Ré dispose d'un magnifique bassin d'eau de mer chauffée à 28°. Situé à deux pas du Loofa bar, cet espace dédié au bien-être est confortablement aménagé de transats et de canapés, pour vous offrir un moment idéal de détente (ouverture selon la saison).

Nouveauté : Afin de profiter pleinement de notre vue mer et de notre orientation ensoleillée, nous avons installé une plage de sable fin devant notre piscine extérieure.

“

AMBIANCE LOUNGE
FACE À L'OCÉAN





Sophrologie



Spa marin



Cryothérapie

PLONGEZ DANS NOTRE SPA MARIN

Découvrez notre bassin d'eau de mer chauffée à 32°, nos 3 zones de jets hydro-massants, notre col de cygne, nos buses spéciales jambes légères et notre banquette bouillonnante.

Profitez également de nos différentes aqua-activités adaptées au style et au niveau de chacun.

Enfin relaxez-vous dans nos sauna et hammam.

EN LIBRE ACCÈS

L'ESPACE FITNESS

- 1 salle de cardio-fitness : tapis de course, vélos et vélos elliptiques

LE WELLNESS ACCESS

En tant qu'hôte Wellness, profitez durant votre séjour de vos activités dans votre spa marin et votre salle de cardio-fitness.

SUR RÉSERVATION

LE COACHING

- balade à vélo
- marche nordique
- randonnée découverte
- aqua-activités

L'ESPACE CRYOTHÉRAPIE

- Cabine de cryothérapie corps entier – application d'un froid sec et intense pour une triple indication – santé, esthétique et sportive

PRENDRE SOIN DE SOI
LES SOINS VISAGE

Les massages VISAGE

KOBIDO

50 min | 109 €

Véritable lifting manuel japonais ancestral, ce massage visage réveille les teints les plus ternes et lisse les épidermes fragiles pour un éclat visible et durable.

MASSAGE DU VISAGE

20 min | 69€

Massage détente de l'ovale du visage.

Les soins visage LABIOMER

LES EXPERTS

50 min | 99 €

NUTRI JEUNESSE : Soin anti-âge nourrissant et réparateur des peaux matures. Les rides et ridules sont atténuées, la peau retrouve vitalité, souplesse et luminosité.

LIFT MARIN : Le soin lift marin lisse, restructure et redessine l'ovale du visage. Son massage régénérant allié à la technicité du masque liftant au caviar apporte une nouvelle jeunesse à la peau.

OXYMARIN : Le soin ciblé anti-âge, anti-pollution des peaux ternes et fatiguées. Il ressource et élimine les toxines, grâce aux manœuvres oxygénantes du massage et aux vertus détoxifiantes du masque Oxymarin. Le teint retrouve toute sa fraîcheur et sa luminosité.

LES ESSENTIELS

50 min | 89 €

HYDRA FUSION : Bain d'hydratation intense pour ce soin qui offre à la peau du confort, de l'éclat et de la souplesse. Les traits du visage sont détendus, la peau est sublimée.

HAUTE TOLÉRANCE : Soin apaisant qui adoucit les peaux sensibles et renforce leurs défenses naturelles. L'utilisation de céramiques froides optimise l'efficacité du masque visage pour un résultat douceur immédiat.

AU MASCULIN : Votre objectif : hydratation, nutrition, douceur, anti-âge ? Ce soin apporte une solution sur-mesure aux peaux masculines. Résultats : les tensions et traces de fatigue sont atténuées, l'éclat naturel du teint est renforcé.

MADEMOISELLE / JEUNE HOMME* : Rituel de soins des adolescents pour apprendre les premiers gestes de beauté ou pour se faire plaisir. Le teint retrouve fraîcheur et luminosité !

RÉVÉLATION JEUNESSE

75 min | 139 €

Lisser, apaiser, relaxer, ce soin visage anti-âge répond aux besoins des peaux les plus exigeantes. Ce soin combinant un massage manuel du dos, du visage et du contour des yeux est une alliance parfaite entre relaxation et efficacité anti-âge.

Accès compris au spa marin et à l'espace cardio-fitness durant la demi-journée de vos soins.

*Accessible aux 12-18 ans

Les soins visage FILLMED by FILORGA

SOIN PRESTIGE

75 min | 169 €

PREMIUM GLOBAL RÉJUVÉNATION

ANTI-ÂGE GLOBAL

Un soin anti-âge global qui combine le meilleur de chaque technique. Effet rajeunissement intensif.

SOIN INTENSIF

60 min | 135 €

TIME ERASER – ANTI-RIDES

Soin anti-rides pour une peau lissée, lumineuse et des rides comblées. Effet régénérateur intensif.

SOIN EXPRESS

25 min | 79 €

EYE 360° – ZONE REGARD

Soin spécial pour le contour de l'œil pour décongestionner le regard, réduire les poches et les cernes. Effet défatiguant et rajeunissement.



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



Les soins visage LPG

CELLU M6 INTÉGRAL VISAGE

« DERNIÈRE GÉNÉRATION »

Pour stimuler les tissus, raffermir la peau, la recherche LPG a développé une méthode UNIQUE revendiquant un résultat visible dès la première séance, grâce à l'activation de la production d'acide hyaluronique. Nouvelle tête de traitement brevetée Ergolift pour des soins thérapeutiques hauteperformance : la stimulation cellulaire est multipliée par 3.

Forfait 3 séances | 10 min | 75 €

Forfait 3 séances | 30 min | 169 €

**Option LPG dans un soin visage
LABIOMER de votre choix**

10 min | 29 €

30 min | 69 €



PRENDRE SOIN DE SOI

LES SOINS CORPS

Les MASSAGES

MASSAGE SUPRÊME HARMONIE

NOUVEAUTÉ 2021

50 min | 109 €

Ce massage en profondeur vous apporte le lâcher-prise nécessaire à une détente absolue. Votre esprit s'évade au rythme des étirements et des pétrissages, vos tensions se dénouent grâce au travail articulaire. Respiration optimisée.

MASSAGE DE RELAXATION*

20 min | 69 €

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

MASSAGE DÉTENTE DES PIEDS*

20 min | 69 €

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

MASSAGE CALIFORNIEN

50 min | 109 €

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

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

50 min | 109 €

Localiser les points, foyers d'hypertonie... Puis par ponçage progressif de ces points réflexes, obtenir détente et décontraction énergétique.

LE SHIATSU LUMIÈRE VISAGE

50 min | 109 €

Permet de retrouver l'énergie, la clarté et la fraîcheur du visage... Élimination des toxines et apaisement des tensions musculaires à l'aide de pierres semi-précieuses.

SHIATSU

50 min | 109 €

75 min | 149 €

Stimulation des centres d'énergie par des pressions manuelles équilibrant le flux énergétique dans tout le corps et libérant les tensions physiques.

AYURVEDA MASSAGE

75 min | 149 €

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

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

75 min | 149 €

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

PASS 4 MASSAGES

399 €

4 massages de 50 min au choix parmi les suivants : Californien, Shiatsu, Rituel du dos, réflexologie plantaire et le Toumokalé. Possibilité de partager le pass.

Accès compris au spa marin et à l'espace cardio-fitness durant la demi-journée de vos soins.



Possibilité d'effectuer ce soin en duo. *Accessible aux 12-18 ans

Les soins corps LABIOMER

EXFOLIATION MARINE

30 min | 69 €

Gommage du corps personnalisé et adapté à vos besoins, suivi d'une hydratation intense. Ce soin adoucit la peau, magnifie son éclat et lui redonne sa souplesse.

JAMBES LÉGÈRES

30 min | 69 €

Soin confort des jambes lourdes, son massage spécifique active la microcirculation pour une profonde sensation de légèreté. Son enveloppement cryogénique vous apporte une fraîcheur intense.

MASSAGE SENSATION MARINE

50 min | 109 €

Massage manuel relaxant construit autour de l'océan, il s'inspire de ses mouvements... De la tête aux pieds, l'alternance de manœuvres douces et profondes libère le corps de ses tensions et relaxe profondément.

SILHOUETTE OCÉANE

50 min | 109 €

Soin ciblé ventre-fesses-cuisses pour redessiner la silhouette, réduire l'aspect peau d'orange. Il débute par une exfoliation à l'éponge marine, suivie d'un enveloppement amincissant chauffant. Un massage manuel tonique conclut votre soin pour une vraie sensation de légèreté.

RITUEL DU DOS

50 min | 109 €

Rituel nettoyant et relaxant, ce soin allie une exfoliation marine et un massage personnalisé du dos suivis d'une application de boue marine auto-chauffante pour délasser les muscles en profondeur et soulager les tensions articulaires.



Les soins corps ciblés LPG

CELLU M6 INTÉGRAL CORPS

« DERNIÈRE GÉNÉRATION »

La technique minceur brevetée, qui permet de réactiver le déstockage des graisses (lipolyse), pour effacer les surcharges et les imperfections localisées. La recherche LPG a développé une méthode inédite revendiquant un résultat visible dès la première séance. Nous déterminons ensemble vos objectifs pour choisir le protocole le mieux adapté.

Forfait 3 séances | 35 min | 165 €

Forfait 10 séances | 35 min | 495 €

Soin LPG corps | 35 min | 69 €



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

Accès compris au spa marin et à l'espace cardio-fitness durant la demi-journée de vos soins.



Les soins corps SIGNATURE

TOUMOKALÉ

50 min | 109 €

Ce massage aux vertus exceptionnellement relaxantes, stimule également les circuits énergétiques du crâne et de la face pour une mine radieuse.

OSMOSE MARINE

80 min | 139 €

- 1 soin visage parmi les Essentiels Labiomer
- 1 massage de relaxation (20 min)

Accès compris au spa marin et à l'espace cardio-fitness durant la demi-journée de vos soins.



Possibilité d'effectuer ce soin en duo.

Les Escales corps LABIOMER

ESCALE DETOX

80 min | 149 €

Ce soin commence par un gommage corps parfait pour oxygéner et nettoyer votre peau en profondeur. Il continue par un enveloppement chaud du corps tout entier dans un cocon détoxifiant et purifiant. Un massage complet du corps termine ce soin pour une intense sensation de relaxation.

ESCALE TROPICALE

80 min | 149 €

Ce rituel aux notes gourmandes invite à l'évasion des sens : une exfoliation au pamplemousse prépare et adoucit votre peau. Une cire chaude au miel et au beurre de karité vous enveloppe dans un cocon hydratant. Un massage complet du corps termine ce rituel pour vous détendre profondément. Votre peau est éclatante et intensément nourrie.

ESCALE DOUCEUR

80 min | 149 €

Le rituel apaisant des peaux sensibles... Laissez-vous bercer par la délicatesse de notre gommage aux 3 thés suivi de notre enveloppement calmant et apaisant au magnésium marin. Un massage complet du corps dénoue les tensions et procure délasserment et bien-être. Votre peau est douce et parfaitement hydratée.

ESCALE THALASSO

80 min | 149 €

Rituel découverte des bienfaits de la thalassothérapie, ce soin puise dans la mer toute sa richesse en oligo-éléments. Il démarre par un gommage océan aux sels marins et huiles essentielles suivi par un enveloppement aux algues reminéralisant. Un massage relaxant complet du corps parfait cette parenthèse de bien-être revitalisante.



PRENDRE SOIN DE SON CORPS ET SON ÉQUILIBRE

LES SOINS EXPERTS

Les soins experts d'OSTÉOPATHIE

LA CRYOTHÉRAPIE

3 min | 50 € – EXCLUSIVITÉ

La cryothérapie est l'exposition du corps à une température extrême, jusqu'à -180°, pendant 3 minutes. Elle augmente la résistance générale de l'organisme et permet une récupération plus rapide.

MAQAM (thérapie manuelle aquatique)

20 min | 75 € – EXCLUSIVITÉ

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

AQUAOSTÉO (thérapie manuelle aquatique)

20 min | 75 €

Diagnostic des dysfonctionnements de mobilité articulaire et tissulaire. Soin thérapeutique réalisé en bassin d'eau de mer chauffée à 32°.

MASSAGE MUSCULAIRE PROFOND

20 min | 69 €

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

OSTÉOPATHIE

30 min | 75 €

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

DRAINAGE LYMPHATIQUE MANUEL

50 min | 109 €

Pour évacuer les liquides excédentaires et les déchets métaboliques via les voies lymphatiques. Réalisé par techniques de captage et d'évacuation.

CHROMATHÉRAPIE

30 min | 50 €

Pratiqué en cabine par un ostéopathe, la chromathérapie est un soin de thérapie par la couleur. Cette pratique énergétique consiste à appliquer sur une partie atteinte douloureuse du corps, un rayon lumineux de couleur définie suivant l'affection. Efficace en cas de sciatique.

MESURE IMPÉDANCE MÉTRIQUE

15 min | 15 €

Analyse de la composition corporelle et interprétation avec la diététicienne.

Accès compris au spa marin et à l'espace cardio-fitness inclus.



SOURCE IMMENSE DE BIENFAITS

LES SOINS DE THALASSO

Les soins de THALASSOTHÉRAPIE

JET TONIQUE

10 min | 45 €

Puissant jet d'eau de mer réalisant des massages favorisant le tonus, la vitalité. Pour la décongestion des zones graisseuses et cellulitiques.

LIT HYDROMASSANT

15 min | 45 €

Allongé sur un matelas d'eau, vous apprécierez la détente, stimulation et activation de la circulation sanguine effectuée par des jets d'eau.

BAIN MASSANT

15 min | 45 €

Jets ciblant l'hydromassage sur les zones du corps à revitaliser pour une relaxation totale.

MASSAGE SOUS PLUIE MARINE*

15 min | 59 €

Allongé sous une pluie d'eau de mer chaude mêlée au baume à la cire d'abeille, pressions glissées et circulaires bienfaites sur tout le corps.

GOMMAGE ET MASSAGE SOUS PLUIE MARINE

30 min | 89 €

La peau se libère de toutes ses impuretés et s'enrichit des bienfaits de l'eau de mer. Tout votre corps respire à nouveau.

ENVELOPPEMENT PÂTE THERMOSUDATION

20 min | 55 €

L'application de crème sudative aux huiles essentielles sous couverture chauffante va permettre une élimination significative des toxines.

APPLICATION BOUES MARINES

20 min | 55 €

Appliquées localement sur le dos et les articulations, les boues marines apaisent les tensions et les douleurs articulaires. Elles sont riches en sels minéraux et oligo-éléments et permettent de reminéraliser efficacement l'organisme.

ENVELOPPEMENTS D'ALGUES by LABIOMER

20 min | 55 € – Au choix parmi :

LABIOrelax : Anti-stress

Les algues rouges CHONDRUS CRISPUS aux pouvoirs hydratants et apaisants se conjuguent aux propriétés anti-inflammatoires et nourrissantes de l'ALOE VERA. Quant à l'extrait de COTON aux vertus hydratantes et relaxantes, il s'invite délicatement pour une détente absolue.

LABIOboost : Revitalisant

Pour que votre corps retrouve toute sa vitalité, nous associons l'ALGUE LAMINAIRE, la plus concentrée en minéraux et oligo-éléments, à un complexe d'extraits d'ORANGE, CAROTTE et CITRON aux propriétés énergisantes.

LABIOdétox : Purifiant

Les algues FUCUS et SPIRULINE alliées à des extraits de GUARANA et de GINGEMBRE libèrent votre corps de ses toxines. Le grain de la peau est affiné.

PASS THALASSO

10 soins | 425 €

Validité 1 an – Nominative

Accès compris au spa marin et à l'espace cardio-fitness durant la demi-journée de vos soins.

*Accessible aux 12-18 ans

LES RENDEZ-VOUS
EXPERTS

L'APPROCHE
DIÉTÉTIQUE

CONSULTATION DIÉTÉTIQUE PERSONNALISÉE
50 min | 60 €

CONSULTATION DIÉTÉTIQUE DE SUIVI
30 min | 30 €

L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE AU SERVICE DU PLAISIR

Rencontrez notre diététicienne et conseillère en micronutrition en début de séjour, déjeuner avec elle lors des tables d'hôtes afin d'adopter les bons rituels et les bons choix qui vous aideront à améliorer durablement votre quotidien quel que soit votre objectif.

LE + : Associez alimentation et remise en mouvement au cours de sorties thématiques avec la « Wellness Attitude », une conférence alimentation-santé le mardi et les semaines à thèmes (sans supplément) tout au long de l'année pour s'amuser, se cultiver, partager et découvrir.

NOTRE OBJECTIF : mieux bouger, mieux manger, mieux dormir, mieux être.

DÉCOUVREZ **L'IMPÉDANCE MÉTRIE**
15 min | 15 €

Analyse de la composition corporelle et interprétation avec la diététicienne.

L'APPROCHE
WELLNESS

En tant qu'hôte Wellness, profitez durant votre séjour de vos activités dans votre spa marin et votre salle de cardio-fitness.

EN LIBRE ACCÈS
LE SPA

- 1 piscine d'eau de mer intérieure équipée de jets sous-marins, banquette bouillonnante
- 1 piscine d'eau de mer extérieure avec couloir de nage de 20 mètres
- Sauna et hammam

L'ESPACE FITNESS

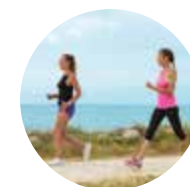
- 1 salle de cardio-fitness : tapis de course, vélos et vélos elliptiques

SUR RÉSERVATION
LE COACHING

- balade à vélo
- marche nordique
- randonnée découverte
- aqua-activités

L'ESPACE CRYOTHÉRAPIE

- Cabine de cryothérapie corps entier – application d'un froid sec et intense pour une triple indication – santé, esthétique et sportive





SE DORLOTER

LES JOURNÉES THALASSO

LES JOURNÉES BULLES

BULLE MARINE*

3 SOINS | 139 €

- 1 massage sous pluie marine au baume d'huiles essentielles tonifiantes
- 1 enveloppement aux algues LABIOboost
- 1 bain massant énergisant

BULLE SPA*

3 SOINS | 139 €

- 2 soins de thalassothérapie parmi :
1 jet marin massant - 1 bain massant ou
1 lit hydromassant
- 1 massage de 20 min

BULLE ÉVASION*

2 SOINS | 139 €

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

BULLE FUTURE MAMAN*

2 soins | 139 €

- 1 massage bonheur apaisant
(mains, jambes, pieds)
- 1 soin visage

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

BULLE BIEN-ÊTRE**

2 soins | 95 €

- 1 massage sous pluie marine
- 1 bain massant reminéralisant

BULLE LOOFA

42 € par pers.

- 1 déjeuner au Loofa bar
- accès au spa marin

Offre valable hors vacances scolaires et
du lundi au vendredi

BULLE DÉTENTE POUR 2

99 € pour 2 pers.

- 1 bain massant par pers.
- 1 déjeuner au Loofa Bar

Offre valable hors vacances scolaires et
du lundi au vendredi

** Disponible avec l'option déjeuner à 115 €.
Sur réservation et selon disponibilité.



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

L'accès au spa marin est offert sur la demi-journée de soins pour toutes les bulles.

Journée avec déjeuner au Loofa Bar et soins l'après-midi : accès offert dès 11h30. Accompagnant sans soin : accès sur les mêmes horaires que le client Bulle contre droit d'entrée de 20 €.

S'ÉVADER

LES BEAUX WEEK-ENDS



WEEK-END RÉ IN LOVE

1 JOUR | 1 NUIT

À partir de 289 € pour 2 pers.
en demi-pension, chambre double côté mer

Tarif basse saison non remisable

- 1 nuit de rêve en chambre vue mer
- 1 dîner en amoureux (hors boissons)
- 1 accueil romantique en chambre
- 1 petit déjeuner
- Accès libre au spa marin

A partir 349 € pour 2 pers. avec massages :
1 soin par pers. au choix : 1 massage sous pluie marine ou 1 massage relax ou 1 massage visage (à choisir au moment de la réservation)

 Wellness access (p. 05)

WEEK-END WELLNESS

1 JOUR | 1 NUIT | 3 SOINS

À partir de 218 € par pers. En demi-pension, chambre double - Confort côté vignes.

À partir de 139 € par pers. sans hébergement.

Tarif basse saison non remisable

VERSION À CHOSIR ENTRE :

WEEK-END MARINE

- 1 massage douceur sous pluie marine
- 1 enveloppement LABIOboost
- 1 bain massant

WEEK-END SPA

- 1 massage douceur sous pluie marine
- 1 massage relaxation
- 1 bain massant

 Wellness access (p. 05)

Également proposé en 2 jours | 2 nuits | 6 soins
À partir de 436 € avec hébergement
À partir de 278 € sans hébergement



BIEN-ÊTRE
LE WELLNESS CLUB

NOS ABONNEMENTS

WELLNESS CLUB



Des abonnements pour profiter des aqua-activités et d'un accès au spa au marin !

5 JOURS D'ACCÈS PAR SEMAINE incluant :

- **Des cours aquatiques*** : aquagym, aquarelax et aquatraining
* selon l'abonnement.
- **Accès au spa marin** : Piscine intérieure d'eau de mer chauffée à 32°, sauna, hammam et salle de cardio-fitness en accès libre et piscine extérieure d'eau de mer chauffée (en saison uniquement).

ABONNEMENTS AU CHOIX :

mensuels | trimestriels | semestriel | annuel

Se renseigner auprès de l'accueil.

NOS AQUA-ACTIVITÉS

AQUAGYM 30'

Exercices de mouvements de l'ensemble du corps pour travailler les différentes chaînes musculaires. Ciblé sur la motricité, l'équilibre et la mobilité articulaire, ce cours dynamique est idéal pour le renforcement musculaire et respiratoire.

AQUARELAX 30'

Exercices d'étirements et de mouvements ondulatoires aquatiques permettant un relâchement physique et mental. (Durée : 30 min Lieu : Bassin ostéo - 10 pers. maximum)

AQUATRaining 30'

Cours rythmé en musique, il se déroule en circuit. Il est idéal pour pratiquer plusieurs activités sportives aquatiques en un seul et même cours. Efficace pour réduire la masse grasseuse et l'effet peau d'orange. (Durée : 30 min Lieu : Bassin ostéo - 10 pers. maximum)

LE SPA MARIN

Entrée au spa marin | 20 €

Carte 10 entrées | 170 €

Carte 25 entrées | 350 €

Entrée enfant de 7 à 18 ans | 16 €

(Sandales et serviettes non fournies)

Gratuit pour les enfants de moins de 7 ans.

Entrée spa marin + une aqua activité | 32 € (sur réservation)

HORAIRES D'ACCÈS AU SPA MARIN SANS SOINS :

lundi au samedi de 11h – 12h45 et 16h à 19h. dimanche : 11h à 13h

Bien préparer sa journée thalasso :

Pour tout programme de soins de moins de 2 jours,
merci de prévoir vos sandales.

Prévoir maillot de bain pour tous les accès piscine et soins.

Les serviettes et peignoir fournis pour les soins
(linge non fourni pour l'accès au spa uniquement).

NOS MARQUES

COSMÉTIQUES

LABIOMER
BY
SEA WELLNESS COSMETICS



L'EXPERTISE COSMÉTIQUE MARINE

Née de 30 ans de pratique de soins en thalassothérapie au sein des RELAIS THALASSO, la gamme LABIOMER propose une vision unique de la beauté. Cette gamme de produits visage et corps utilise les bienfaits de la MER et de la NATURE pour proposer des soins de cosmétique marine qui allient efficacité et sensorialité.

FILLMED
BY FILORGA

GAMME
PROFESSIONNELLE



L'EXPERTISE COSMÉTIQUE ANTI-ÂGE

1^{er} laboratoire français de médecine esthétique, FILORGA se consacre depuis plus de 30 ans au vieillissement cutané, en offrant aux plus grands spécialistes du monde entier, des solutions anti-âge complètes. Nous avons choisi la gamme professionnelle SKIN PERFUSION pour notre programme anti-ageing, afin de vous apporter le meilleur et la garantie d'un résultat visible.

Retrouvez nos gammes de cosmétiques
LABIOMER et **FILLMED** by **FILORGA** dans notre
boutique **RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ**

Retrouvez toutes nos conditions générales de ventes sur www.relaisthalasso-iledere.com

RELAIS THALASSO Île de Ré - Établissement répondant à la NORME EXPÉRIMENTALE AFNOR XP 50-844
« Thalassothérapie - Exigences relatives à la prestation de service. » Document et photos non contractuels - Tarifs valables jusqu'au 31.12.2021
Les massages proposés sont des massages de bien-être.

RT

“

LE SEA WELLNESS, UNE EXPÉRIENCE À PARTAGER



RELAI THALASSO
ÎLE DE RÉ

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

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS
+33 (0)5 46 30 21 22



[RELAISTHALASSO-ILEDERE.COM](https://relaisthalasso-iledere.com)

iledere@relaisthalasso.com