

ÉDITION 2026

ANTIBES

25
ANS

THALAZUR
escales bien-être & thalasso





Et si 2026 était l'année d'une véritable pause ?

Un souffle. Un instant suspendu. Une parenthèse pour se reconnecter à l'essentiel. C'est ce que vous propose l'escale Thalazur Antibes, ici, au cœur de la Méditerranée, là où les paysages mêlent harmonieusement le bleu de la mer et les reliefs apaisants de l'arrière-pays.

Depuis mon arrivée à sa direction, j'ai à cœur de vous faire vivre une expérience singulière, humaine et authentique. Un cadre d'exception, face à la Baie des Anges, mais surtout une implication quotidienne de nos équipes qui donne toute sa valeur à votre séjour. Au-delà de l'expertise de nos soins marins et du confort hôtelier, nous vous offrons un véritable art de vivre, fondé sur l'écoute, la douceur, le temps retrouvé. Plus qu'une destination bien-être, c'est un lieu de respiration, de ressourcement, un refuge où l'on vient se poser, en solo, à deux, en famille...

Avec la volonté d'allier bien-être individuel et responsabilité collective, nous poursuivons activement nos engagements en faveur d'un tourisme durable. Préserver les ressources marines, limiter notre impact environnemental au quotidien : nous agissons avec conviction pour un avenir plus doux... pour vous, et pour demain.

En 2026, nos équipes ont imaginé de nouvelles expériences thalasso, de gourmandes saveurs à table, des temps forts culturels et conviviaux pour vous faire vibrer, en toutes saisons. Entre instants de silence et moments de partage, immersion en eau de mer et balades à ciel ouvert, trouvez ici votre propre rythme. Dès le seuil, laissez-vous porter, vos tensions s'effacent, l'esprit se libère : on s'occupe de tout, mais surtout... de VOUS !

Vanessa Pagnoux
Directrice de l'escale Thalazur Antibes

SOMMAIRE

Destination Antibes.....p.6

- L'Hôtel****
- La Table
- Le Spa Marin & le Spa Beauté
- L'expertise Thalazur

Nos séjours Thalasso p.30

- 6 jours
- 3 jours
- 1 à 5 jours

Nos soins dans le détail.....p.58

Nos conseils séjours p.60

Vos avantagesp.62

L'esprit Thalazurp.64

- Nos engagements en actions
- Nos idées cadeaux
- Collection d'escales

LES BEST PLACES DE LA CÔTE D'AZUR

Destination



La Côte d'Azur, où palmiers, mer et ciel azur vous offrent un cadre idyllique entre Nice et Cannes, parfait pour se ressourcer en toute sérénité sous le soleil de la French Riviera.

Échappées belles à Antibes

S'OXYGÉNER EN PLEINE NATURE



À deux pas de l'institut de Thalasso, voici l'une des franges littorales les plus étendues et ensoleillées de France. Le Cap d'Antibes et son magnifique panorama, les chemins du Calvaire et des Douaniers, la promenade Amiral de Grasse où vécut Nicolas de Staël, et son jardin des Poètes, le Parc de la Brague, l'Esplanade du Pré-aux-Pêcheurs accueillant le marché nocturne les soirs d'été, la Pinède Gould, le port Vauban et son quai des Milliardaires, la promenade du Soleil et la Baie de la Garoupe avec son phare et son départ du sentier piétonnier de Tire-Poil... Que de balades en perspective !

S'ÉMERVEILLER DEVANT LES VIEILLES PIERRES

C'est aussi un héritage patrimonial exceptionnel qui vous attend : remparts et ruelles du Vieil-Antibes, tours sarrasines, musée Picasso, Fort-Carré et son parc protégé de 4 hectares à la faune et la flore méditerranéennes, la Villa Eilenroc et ses sublimes jardins, le bastion Saint-André abritant céramiques et amphores de l'ère romaine, les vestiges de la Porte de France et la place De Gaulle... Poussez aussi la visite dans l'arrière-pays avec ses villages colorés : Saint-Paul-de-Vence et sa place, Biot, haut lieu de l'artisanat du verre ou Grasse, capitale mondiale des parfums !



LOISIRS ET SHOPPING

Courses hippiques à l'hippodrome de Cagnes-sur-Mer, casinos, cinémas et musées : rien ne manque à l'éventail de vos loisirs en plus du shopping à Cap 3000 et Shopping Promenade Riviera.



SE (RE)METTRE AU SPORT

Plages de sable fin, rochers escarpés et criques cachées... C'est un milieu marin riche et diversifié qui vous invite à mouiller, avec plaisir, le maillot ! En plus des nombreuses activités aquatiques (ski nautique, parachute ascensionnel, kayak, paddle, plongée sous-marine, voile, randonnée marine, pêche sportive...), la région est riche aussi d'une dizaine de golfs alentours. Quel programme aujourd'hui : running matinal sur le sentier du Cap ou balade en vélo ?

S'OFFRIR DES VIRÉES GOURMANDES

Impossible de ne pas succomber aux saveurs et spécialités du terroir : tourte aux blettes, socca, pissaladière, tapenade, olives de Nice, fleurs de courgette, aioli, petits farcis, ratatouille... C'est au marché provençal couvert du Cours Masséna que vous allez remplir avec délectation votre panier.

ÇA BOUGE À ANTIBES ET SUR LA CÔTE D'AZUR !

Le Carnaval de Nice s'invite chaque année en février dans la ville. Consacrée aux trésors de notre patrimoine mondial, l'édition 2026 est sur le thème « Vive la Reine ».

La Fête du Citron à Menton : un évènement unique qui se déroule en février avec ses célèbres corsos fleuris de chars, décorés des plus beaux citrons et oranges de la région.

Le Festival de Cannes, le plus grand rendez-vous du cinéma, vous attend en mai sur la Croisette.

Ou bien, peut-être, préférerez-vous le **Grand Prix de Formule 1**, disputé en Principauté de Monaco.

Les Voiles d'Antibes accueillent chaque année, en juin, les plus beaux yachts du monde.

Jazz à Juan : évènement de renommée mondiale, il a lieu chaque année en juillet dans la célèbre Pinède Gould, face à la mer.

Office du Tourisme d'Antibes Juan-les-Pins
www.antibesjuanlespins.com



Bienvenue dans votre escale...



DANS LE DÉTAIL

- Accueil 24 h / 24 h
- À 1 h 25 de Paris en avion
- À 5 h 39 de Paris en TGV (gare d'Antibes)
- Parking privé gratuit
- 3 piscines extérieures d'eau de mer, dont une chauffée selon les conditions climatiques
- 1 piscine intérieure d'eau de mer chauffée
- Tables de ping-pong
- Salle de cardio-training
- Bornes de recharge pour véhicules électriques

Offrez-vous une escapade dépayssante à Thalazur Antibes, à deux pas de la vieille ville et face à la Méditerranée, dans cette escale avec la vue imprenable et au style lumineux et contemporain, où détente et bien-être vous attendent dès l'arrivée.

On aime : l'accès direct en peignoir à l'institut de Thalassothérapie et au spa, si pratique pour recevoir les soins et se rendre aux piscines, extérieures ou intérieures, à la salle de cardio-training, au Spa Marin...





scannez pour découvrir
toutes les chambres
à votre disposition

Les Chambres et Suites

Composé de 2 bâtiments contemporains reliés par une galerie de verre, l'escalier surplombe la Baie des Anges avec une vue panoramique sur la Méditerranée. Elle propose 116 chambres et suites, ainsi que 46 studios et appartements, tous avec terrasse. Quatre types de vue — citadine, latérale mer, mer ou piscine — s'offrent à vous pour profiter pleinement de la Côte d'Azur.

Et parce que votre sommeil nous tient à cœur, nous partageons les secrets d'une nuit apaisée, tel un rituel du coucher, à lire et écouter, fruit d'une collaboration précieuse avec nos experts du sommeil, pour vous guider vers le monde des rêves.

LES PRESTATIONS

- 5 chambres PMR
- Climatisation individuelle
- Lit double (chambre twin sur demande)
- TV écran plat
- Bureau avec papier à lettres
- Coffre-fort électronique
- Produits de bain Thalazur jardin marin
- Sèche-cheveux
- Téléphone
- Room service
- Accès Internet Wi-Fi gratuit
- Terrasse

scannez pour
découvrir
la résidence



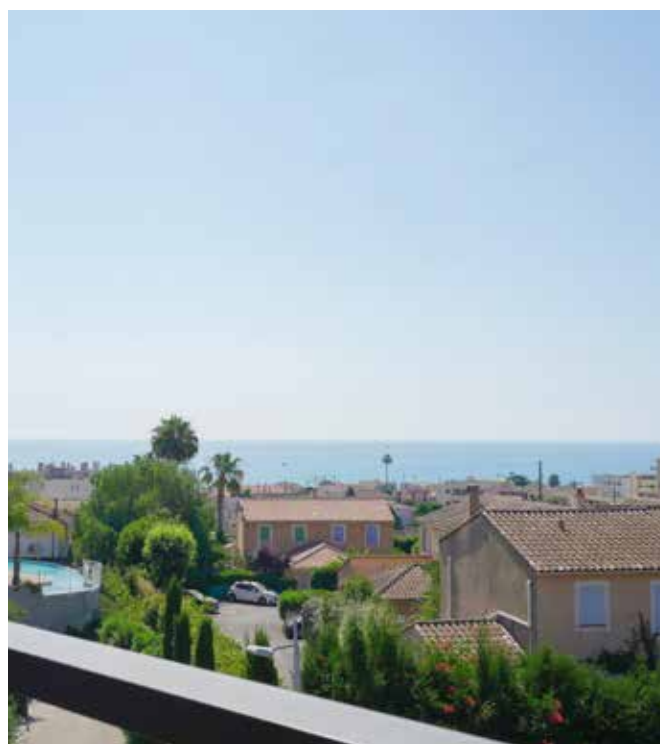
La Résidence

Envie de liberté ? Posez vos valises dans l'un de nos studios ou appartements deux pièces.

Mitoyenne de l'hôtel & spa et intégrée à l'institut de Thalassothérapie, c'est un lieu de vie idéal en famille ou entre amis !

LES + DE LA RÉSIDENCE

- Accueil 24 h / 24 h
- Parking privé gratuit
- Accès libre au Spa Marin, à l'espace détente et à la salle de cardio-training
- Lits faits à l'arrivée



TABLE

restaurant
L'Angélu



Le Chef et ses saveurs

En terrasse ou en salle, la table de l'Angélus vous invite à savourer une cuisine maison, saine et pleine de saveurs méditerranéennes, évoluant au fil des saisons et des arrivages du marché.

scannez pour découvrir
la carte de saison



Concept « Les cinq S »

Philosophie commune à toutes les escales Thalazur, la démarche des cinq S - **Saison, Saveurs, Situation, Simplicité** et **Sain** - repose sur cinq principes qui subliment chaque produit, en respectant son authenticité, ses bienfaits et son terroir.

Elle incarne une cuisine responsable, humaine et tournée vers un bien-être durable. Inspirés de l'assiette épigénétique où santé et plaisir ne font qu'un, **les cinq S** misent sur une alimentation qui nourrit le corps et éveille les sens, pour prendre soin de vous.

les
cinq S

**L'alimentation a le pouvoir d'agir sur notre santé,
bien au-delà du simple plaisir gustatif.**



Tea time et cocktail

Envie d'une pause gourmande après un soin ou une balade ? Installez-vous au bar Le 770 pour savourer douceurs sucrées, thé ou cocktail du moment, face à la Baie des Anges, confortablement installé en terrasse près des piscines.



LE SPAMARIN & LE SPA BEAUTÉ





Détendez-vous dans notre Spa Marin

Une approche holistique bien-être, qui intègre fitness et spa. Offrez-vous une parenthèse de détente et de vitalité.

Piscine d'eau de mer chauffée : laissez-vous envelopper par l'eau, détendez vos muscles sous les cols de cygne, profitez des sièges bouillonnants et vivez une expérience immersive unique.

Jacuzzi : plongez dans les bulles relaxantes pour un véritable massage hydromassant.

Sauna & Hammam : libérez vos tensions et profitez des bienfaits de la chaleur sèche ou humide pour purifier le corps et l'esprit.

Salle de repos : savourez un moment de calme absolu dans une ambiance apaisante en immersion.

Salle de cardio-training : maintenez votre énergie et tonifiez votre corps.

Un lieu pensé pour le bien-être du corps et de l'esprit, où relaxation et vitalité s'unissent harmonieusement.

Un lieu pensé pour le bien-être du corps et de l'esprit, où relaxation et vitalité s'unissent harmonieusement.

1. Sièges bouillonnants
2. Col de cygne
3. Jets sous-marins
4. Jacuzzi
5. Sauna
6. Hammam chaud
7. Hammam tiède pour les soins
8. Salle de sport
9. Salle de repos d'immersion





Le meilleur des soins dans notre Spa Beauté

NOTRE GAMME COSMÉTIQUE

Thalazur jardin marin, le bien-être absolu,
révélateur de beauté

L'alliance de la mer et des plantes, issue de 25 ans d'expertise
en Thalassothérapie.

Composée avec 90 % d'ingrédients d'origine naturelle, la gamme
cosmétique Thalazur jardin marin associe les bienfaits des actifs
marins et végétaux pour une action ciblée : hydratante, lissante,
exfoliante, raffermissante... Chaque soin révèle un peu plus
votre éclat naturel.

THALAZUR
jardin marin



scannez pour accéder à notre boutique
en ligne et découvrir toute la gamme
Thalazur jardin marin



NOS MARQUES PARTENAIRES

THALGO

PAYOT
PARIS

Thalgo croit en une cosmétique
différente...

... inspirée par les Océans. Marque Française,
leader mondial de la cosmétique marine, Thalgo
associe depuis toujours, l'efficacité et le bien-
être grâce à ses actifs marins.

Parmi les incontournables

- **Soin du visage Fondamental de la Mer** (1h)
Sur-mesure : hydratant, apaisant ou
nourrissant selon les besoins de la peau.
- **Rituel d'Excellence anti-âge Global** (1h30)
Aux hormones naturelles d'algues pour
un effet lifting naturel et durable.

Payot est LA marque française
facialiste...

... qui garantit des résultats beauté et bien-
être. Ses gestuelles de soin, accompagnées
de produits performants aux textures ultra
sensorielles, vous promettent une expérience
authentique et généreuse.

Parmi les incontournables

- **La Méthode Payot Signature** (30')
Rituel visage iconique en 42 mouvements
pour un effet tonifiant et relaxant immédiat.
- **L'Expertise Suprême Jeunesse & Lumière** (1h)
Soin du visage pro-âge à l'acide hyaluronique
pour une peau repulpée et éclatante.

*Nos marques partenaires, Payot et Thalgo s'engagent activement dans une démarche respectueuse
pour l'environnement et le respect de principes sociaux et éthiques.*

L'EAU DE MER, UN CADEAU DE LA NATURE

La Thalassothérapie, une vague naturelle de bien-être pour votre corps

L'eau de mer, véritable or bleu, est au cœur de la Thalassothérapie : sans elle, la thalasso n'existerait pas. Puisée au large de nos côtes, elle se compose principalement d'eau et de sel (chlorure de sodium).

Riche en sel, oligo-éléments et minéraux, elle offre de nombreux bienfaits prouvés qui sont essentiels à notre équilibre : réduction des douleurs et de la fatigue, meilleur sommeil, résistance au stress, regain d'énergie. Un concentré naturel pour se reminéraliser, renforcer l'immunité et retrouver tonus et vitalité.

3 trésors 100 % naturels indissociables de la Thalassothérapie

Précieuse eau de mer

La mer a ce formidable pouvoir de posséder presque tous les minéraux nécessaires à l'organisme : 104 minéraux (sodium, calcium, potassium, magnésium...) et oligo-éléments (zinc, iode, fer...) en commun, au total. On y trouve aussi du phytoplancton, aux propriétés antivirales et antibactériennes. Plongé dans une eau chauffée à plus de 35 °C, le corps y puise tous les éléments dont il a besoin, par effet d'osmose, afin de combler ses carences.

Algues et boues marines, un or brun

Les algues marines se composent d'eau de mer, de sels minéraux, d'oligo-éléments, de vitamines... Elles sont utilisées

pour enrichir les bains et réaliser les enveloppements, deux soins iconiques. Ce concentré de bienfaits reminéralise, détend, hydrate et détend en profondeur. Quant aux boues marines, elles agissent comme un décontractant et un formidable antidouleur naturel.

Le climat marin, souffle vital

Pur et vivifiant, stimule le système respiratoire, booste l'immunité et procure un apaisement profond grâce à l'air iodé et chargé d'ions négatifs. Une respiration indispensable pendant votre séjour au bord de la mer...



THALAZUR, ²⁵ ANS EXPERTISE BIEN-ÊTRE

La Thalassothérapie, un savoir-faire d'exception à la française

Berceau de la thalasso, la France en est LA référence mondiale grâce à son expertise, son exigence et son esprit d'innovation. De la Mer du Nord à la Méditerranée, chaque littoral offre un décor unique et ressourçant.

Depuis 25 ans, Thalazur est le n°1 de la Thalassothérapie en France et rayonne sur 9 destinations uniques. Un acteur emblématique grâce à sa belle expertise dans le domaine du soin, ses équipements de dernière génération, son offre de cures incontournables et de séjours adaptés aux nouveaux besoins.

Une écoute attentive pour un accompagnement unique

Dans notre Collection de neuf escales 4 et 5 étoiles, vous serez accueillis par un personnel qualifié et à l'écoute de vos envies.

Détendez-vous : nos experts vous accompagnent à chaque étape pour un séjour 100 % bien-être.

La nouveauté 2026

Pensée pour les femmes et les hommes touchés par le cancer, notre cure post-cancer incarne l'engagement d'une marque innovante au service du bien-être. Elle offre une parenthèse régénérante après un parcours de soins, souvent long et éprouvant. À découvrir dans nos neuf escales.

La thalasso, un luxe par nature

Tous nos soins sont réalisés avec une eau de mer filtrée, non traitée, puisée fraîchement et renouvelée en continu pour préserver ses bienfaits. Signature de la thalasso, cette ressource naturelle et précieuse est utilisée dans le respect de l'environnement. Thalazur privilégie un approvisionnement local, comme les boues marines du Finistère, riches en calcium et en minéraux.

NOS SÉJOURS THALASSO 6 JOURS

Offrez-vous une semaine d'évasion
et découvrez le pouvoir des minéraux marins,
guidé par nos experts du bien-être.

*Nos programmes de soins sont proposés, sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Pour mieux vous projeter, vous pouvez découvrir le descriptif des soins pages 58 et 59.
Pour toute demande concernant votre programme de soins,
merci de nous contacter, en amont de votre arrivée, par mail à antibes@thalazur.fr*



e CURE ÉPIGÉNÉTIQUE

CINQ PILIERS

1. Plaisir de vivre | 2. Gestion du stress | 3. Activité physique adaptée
4. Réseau social bienveillant | 5. Alimentation raisonnée

24 soins et activités | 6 jours

Consultation médicale offerte. Pour améliorer votre sommeil un Morphée prêté durant votre séjour. Un rendez-vous « comment profiter de l'épigénétique en Thalassothérapie ».

1. PLAISIR DE VIVRE

- 1 gommage du corps (15')
- 1 enveloppement d'algues détox (20')
- 1 enveloppement d'algues à l'hibiscus (20')
- 1 enveloppement d'algues reminéralisantes (20')
- 1 bain de mer hydromassant à la pulpe d'algues rouge et l'hibiscus (15')
- 1 bain de mer hydromassant précieux au miel et au karité (15')
- 2 lits hydromassants (15')
- 1 douche à jet (10')
- 1 douche océane (15')
- 1 soin sublime réflexologie (25')
- 1 soin du dos Payot (45')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer (25')
- 1 massage sur-mesure (1h)
- 1 massage Ayurvédique (50')
- 1 soin visage fondamental de la mer Thalgo (1h)

2. GESTION DU STRESS

- 1 atelier initiation à la méditation (45')
- 1 séance de yoga (45')
- 1 séance aquatique de Janzu (45')
- 1 séance d'aquarelaxation (25')

3. ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- 1 séance de Pilates (45')
 - 1 séance d'aquabiking (30')
- Sans oublier le libre accès aux installations sportives de l'établissement

4. RÉSEAU SOCIAL BIENVEILLANT

- 1 séance collective de bain sonore aux bols tibétains (45')

5. ALIMENTATION RAISONNÉE

- 1 rendez-vous avec la diététicienne conseil nutritionnel, suivi d'un second pour le bilan.
- Une alimentation en respect de notre concept 5S

Prix par personne à partir de 1 474 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

* à partir de 1 042 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.





| SÉJOUR EXPERT |

CURE POST CANCER

NOUVEAUTÉ 2026

Se retrouver, s'apaiser et se ressourcer entre 2 traitements ou après un cancer.

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte.

LE MEILLEUR DE LA MER

- 2 enveloppements d'algues enrichis en magnésium (20')
- 2 enveloppements aux parfums d'ailleurs à la pulpe de coco ou aux trois thés (20')
- 2 bains de mer hydromassant aux cristaux Thalazur (15')
- 2 bains de mer hydromassant précieux au miel et au karité (15')
- 3 lits hydromassants (15')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage enrichi en calcium (15')
- 1 soin visage apaisant réparateur Thalgo CICA Marin (1h15')
- 1 beauté des pieds avec pose de gants hydratant (45')
- 1 beauté des mains avec pose de gants hydratant (45')
- 2 massages Aroma (25')
- 1 massage du dos aux pierres chaudes (25')
- 1 massage Ayurvédique (50')
- 2 séances de Pilates (45')
- 1 séance de sophrologie bilan émotionnel (45')
- 1 séance d'ostéopathie (25')
- 1 séance d'ostéopathie aquatique (35')

Prix par personne à partir de 1 445 €

En chambre double et demi-pension. Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

* à partir de 994 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



| SÉJOUR ESSENTIEL |

ÉCHAPPÉE PARFUMS D'AZUR

Les huiles essentielles en fonction des saisons et au cœur de vos soins.

18 soins | 5 jours

L'aromathérapie, la richesse de la biodiversité.

Placer les huiles essentielles au cœur des soins de l'institut était une évidence. À proximité de Grasse, haut lieu du parfum, l'établissement propose de découvrir les vertus de l'aromathérapie. La présence délicate des huiles essentielles se retrouve dans les soins d'eau de mer ou dans les massages, et apporte une réponse personnalisée selon vos besoins. Elles sauront délivrer leur précieux message de détente et de ressourcement. Les huiles essentielles sont associées à chaque saison et à leurs senteurs. Ce voyage sensoriel au cœur de l'aromathérapie se prolonge jusque dans l'assiette, où notre chef crée une cuisine authentique et raffinée aux saveurs subtiles.

LE MEILLEUR DE LA MER

- 1 massage Arom'afusion sous fine pluie d'eau de mer (25')
- 3 enveloppements aux parfums d'ailleurs à la pulpe de coco ou aux trois thés (20')
- 2 bains de mer hydromassant précieux au miel et karité (15')
- 2 bains de mer hydromassant aux parfums d'ailleurs (15')
- 2 douches sous fine pluie d'eau de mer (15')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage du corps (15')
- 2 massages du corps Aroma aux huiles essentielles (20')
- 4 lits hydromassants (15')
- 1 séance de jets sous marins (25')

Prix par personne à partir de 984 €

En chambre double et demi-pension. Cette cure débute le jour de votre choix.*

* à partir de 452 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

VITALITÉ MARINE

(Re)découverte de la Thalassothérapie.

24 soins | 6 jours

dont 3 massages

- 3 massages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 enveloppements algues reminéralisantes ou applications de boue marine (20')
- 4 bains de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')
- 2 douches sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 4 lits hydromassants (15')
- 2 douches à jet (10')
- 3 séances de jets sous marins (25')
- 3 séances aquatiques vitalité marine (25')

LE + THALAZUR

Un soin peut être remplacé par un soin de même nature, sous réserve de disponibilité. Merci de nous en informer en amont de votre séjour.

Prix par personne à partir de 1 037 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure débute le jour de votre choix.*

SIGNATURE THALAZUR

L'essentiel de notre expertise marine.

24 soins | 6 jours

dont 1 massage par jour. 100% de soins individuels

- 1 gommage du corps (15')
- 3 enveloppements algues reminéralisantes (20')
- 3 applications de boue marine (20')
- 5 bains de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')
- 1 douche sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 massage détente (20')
- 4 lits hydromassants (15')
- 1 douche océane (15')

LE + THALAZUR

Un soin peut être remplacé par un soin de même nature, sous réserve de disponibilité. Merci de nous en informer en amont de votre séjour.

Prix par personne à partir de 1 210 €

*En chambre double et demi-pension**.
Cette cure débute le jour de votre choix.*

* à partir de 509 € sans hébergement. ** à partir de 706 € sans hébergement.
Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



MASSAGES DU MONDE

Tour du monde des techniques de massage.
Apaisement du corps et de l'esprit.

24 soins et activités | 6 jours

LE MEILLEUR DE LA MER

- 3 enveloppement aux parfums d'ailleurs à la pulpe de coco ou aux trois thés (20')
- 3 bains de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')
- 2 bains de mer hydromassant précieux au miel et karité (15')
- 3 douches sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer (15')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage du corps (15')
- 4 lits hydromassants (15')
- 1 massage Aroma (50')
- 1 massage Ayurvédique (50')
- 1 massage Balinaï (50')
- 1 massage aux pierres chaudes (50')
- 1 douche à jet (10')
- 1 douche océane (15')

Prix par personne à partir de 1 445 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure débute le jour de votre choix.*

* à partir de 994 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



| SÉJOUR EXPERT |

BIEN-ÊTRE DU DOS

Soulager, prévenir le mal de dos, retrouver mobilité et souplesse.

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte

LE MEILLEUR DE LA MER

- 3 massage sous fine pluie d'eau de mer enrichis en calcium (15')
- 3 enveloppements algues enrichis en calcium (20')
- 3 bains de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')
- 2 douches sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 applications de boue marine (20')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage du corps enrichi en calcium (15')
- 1 massage détente (25')
- 1 massage spéciale dos + application de boues auto-chauffantes (45')
- 1 massage spéciale dos aux pierres chaudes (25')
- 3 lits hydromassants spécial dos (15')
- 1 séance aquatique vitalité marine (25')
- 1 séance de jets sous marins (25')
- 1 séance d'ostéopathie (25')
- 1 séance d'ostéopathie aquatique (35')

Prix par personne à partir de 1 445 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

* à partir de 994 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



| SÉJOUR EXPERT |

SILHOUETTE

Equilibre alimentaire, recherche de fermeté et de tonicité pour enclencher une perte de poids.

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte et une boîte de tisane minceur Bio en cadeau.

LE MEILLEUR DE LA MER

- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 bains de mer hydromassant à la gelée d'algues (15')
- 2 applications d'algues thermosudation au fucus (20')
- 1 application d'algue au fucus (20')
- 1 enveloppement d'algues détox (20')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage du corps (15')
- 2 douches à jet (10')
- 1 douche océane (15')
- 1 préssothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- 1 application cryothérapie jambes (20')
- 1 soin Body Sculpt Thalgo (40')
- 1 massage drainant (25')
- 1 consultation nutrition (1h)
- 1 séance de Pilates (45')
- 1 séance de jets sous marins (25')
- 1 séance d'aquabiking (30')
- 3 séances d'iPulse (35')

Prix par personne à partir de 1 445 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

* à partir de 994 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



| SÉJOUR EXCELLENCE |

ANTI-ÂGE

Préserver et optimiser votre capital jeunesse.

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte.

LE MEILLEUR DE LA MER

- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer enrichis en calcium (15')
- 2 enveloppements algues enrichis en calcium (20')
- 1 application de boue marine (20')
- 2 bains de mer hydromassant précieux au miel et karité (15')
- 1 enveloppement d'algues détox (20')
- 1 enveloppement aux trois thés (20')
- 3 bains de mer hydromassant à la gelée d'algues (15')
- 2 douches sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 douche océane (15')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage du corps enrichi en calcium (15')
- 2 lits hydromassants (15')
- 1 massage Aroma (25')
- 1 massage Aroma (50')
- 1 sublime réflexologie (50')
- 1 massage Kobido (50')
- 1 rituel Excellence Anti-âge Global Thalgo (1h30)
- 1 soin iBeauty Activateur jeunesse Thalgo (45')

Prix par personne à partir de 1 445 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

* à partir de 994 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



| SÉJOUR EXCELLENCE |

SÉRÉNITÉ

Une expérience de déconnexion totale, apportant apaisement et calme intérieur.

24 soins | 6 jours

LE MEILLEUR DE LA MER

- 4 enveloppements enrichis en magnésium (20')
- 4 bains de mer hydromassant précieux au miel et karité (15')
- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer (15')

NOS INCONTOURNABLES THALAZUR

- 1 gommage du corps enrichi en magnésium (15')
- 3 lits hydromassants détente (15')
- 2 méditations guidées (20')

- 1 séance collective de bain sonore aux bols tibétains (45')
- 1 séance de sophrologie (45')
- 1 séance aquatique de Janzu (45')
- 1 massage crânien Shirotchampi (30')
- 1 massage aux bols tibétains (50')
- 1 soin visage Expertise Facialiste Lift & Radiance Payot (1h)
- 1 séance de Yin yoga (50')
- 1 séance de Hatha yoga (50')

Prix par personne à partir de 1 445 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

* à partir de 994 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



CURE MÉNOPAUSE

La ménopause, une nouvelle féminité !

24 soins | 6 jours

Consultation médicale 30' offerte.

Livre dédié de Sophie Kune *Game is not ovaire* offert.

1 boîte de complément coach ventre et taille Thalgo offerte.

- 1 gommage du corps enrichi en calcium (15')

UNE ALIMENTATION VITAMINÉE

- 1 rendez-vous pour le bilan conseil nutritionnel avec notre diététicienne
- 1 atelier phytothérapie / naturopathie

UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET UNE TONICITÉ OPTIMISÉE

- 1 séance de Pilates (45')
- 1 séance d'aquabiking (30')
- 1 séance aquatique vitalité marine (25')

UN ÉQUILIBRE ÉMOTIONNEL RETROUVÉ

- 1 atelier initiation à la méditation (45')
- 1 massage Ayurvédique (50')
- 1 soin signature Thalazur jardin marin (50')
- 2 lits hydromassants (15')

UN CORPS BOOSTÉ

- 2 bains de mer hydromassants enrichis en calcium (15')
- 1 douche océane (15')
- 1 enveloppement d'algue au fucus (20')
- 1 douche sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 bains de mer hydromassants à la gelée d'algues (15')
- 2 enveloppements d'algues enrichis en calcium (20')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- 1 soin du corps méthode AXO (1h15)

UNE BEAUTÉ AFFIRMÉE

- 1 soin visage Silicium lift Thalgo (1h)
- 1 soin L'Expertise Facialiste, Lift and Radiance Payot (1h)

Prix par personne à partir de 1 474 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi*

* à partir de 1 042 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



LIBERTÉ SUPRÊME

Le meilleur de nos soins. Composez votre cure et faites-vous plaisir en fonction de vos envies.

Choisissez 20 soins | 6 jours

CHOISISSEZ 12 SOINS ESSENTIELS POUR VOUS RÉGÉNÉRER

Bains de mer hydromassants (15') :

- précieux au miel et karité
- aux cristaux Thalazur

Bains aux parfums d'ailleurs :

- cristaux du lagon
- agrumes

Bains à la gelée d'algues :

- minceur aux huiles essentielles de thym et romarin

Enveloppements & applications d'algues et de boues (20') (6 maximum)

- reminéralisantes
- circulatoires
- thermosudation au fucus et aux huiles essentielles de romarin, lavandin, mélisse et eucalyptus mentholé
- boues marine

Enveloppement aux parfums d'ailleurs :

- aux trois thés
- à la pulpe de coco

Douches :

- à jet (10')
- sous fine pluie d'eau de mer (15')

Autres soins :

- lit hydromassant (15')
- pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- application cryothérapie jambes (20')

Soins collectifs :

- jets sous-marins (25')
- séance aquatique vitalité marine (25')
- séance de Pilates (45')

CHOISISSEZ 3 SOINS INDISPENSABLES POUR UNE CURE RÉUSSIE

Gommages du corps (1 maximum) :

- aux huiles et pétales de roses Thalazur (20') | Fort
- des Îles Thalgo (20') | Fort
- amande délicieuse Payot (20') | Doux

Massages (25') :

- Aroma
- Mahana relaxant Thalgo

Soins esthétiques (30') :

- soin visage La Méthode Payot Signature

CHOISISSEZ 5 SOINS INOUBLIABLES POUR VOTRE BIEN-ÊTRE

Massages du monde (50') :

- Ayurvédique
- Balinais

Massages spécifiques (50') :

- Aroma
- sublime réflexologie
- aux pierres chaudes
- soin signature Thalazur jardin marin

Soins esthétiques & spa (1h) :

- soin du visage L'Expertise My Payot, Éclat et Vitalité
- soin du visage Fondamental de la mer Thalgo
- soin du visage Marin aux 3 algues Thalgo

Prix par personne à partir de 1 474 €

En chambre double et demi-pension*. Cette cure débute le jour de votre choix. Afin de vous garantir le meilleur planning, il est demandé de nous communiquer vos choix de soins 3 semaines avant votre arrivée. Nous restons à votre écoute pour vous orienter au mieux.

Demandez à programmer vos ½ journées de soins (matin, après-midi ou en alternance dans la mesure de disponibilité de nos plannings). * à partir de 1 042 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

NOS SÉJOURS THALASSO 3 JOURS

46

Idéal pour un week-end prolongé
ou une pause en semaine,
Thalazur vous propose un condensé
de ses soins Thalasso et spa en 3 jours

*Nos programmes de soins sont proposés, sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.
Pour mieux vous projeter, vous pouvez découvrir le descriptif des soins pages 58 et 59.
Pour toute demande concernant votre programme de soins,
merci de nous contacter, en amont de votre arrivée, par mail à antibes@thalazur.fr*

47

IMMUNITÉ MARINE

Le meilleur de la mer sur 3 jours. L'eau de mer, les sédiments et le climat marin pour renforcer votre barrière immunitaire.

9 soins | 3 jours

Une boîte de complément alimentaire L'Océane Thalgo offerte.

JOUR 1 : DÉTOXIFIER

- 1 gommage enrichi en magnésium (15')
- 1 enveloppement d'algues essentiel détox (20')
- 1 bain de mer hydromassant enrichi en magnésium (15')

JOUR 2 : REMINÉRALISER

- 1 enveloppement d'algues enrichi en magnésium (20')
- 1 douche à jet (10') ou douche océane (15')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer enrichi en magnésium (25')

JOUR 3 : RELAXER

- 1 enveloppement d'algues enrichi en magnésium (20')
- 1 bain de mer hydromassant enrichi en magnésium (15')
- 1 soin visage lissant détoxifiant Spiruline Boost Thalgo (30')

Prix par personne à partir de 550 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

LÂCHER-PRISE

Prendre son temps, calmer son esprit, prendre soin de son physique et de son mental.

9 soins | 3 jours

JOUR 1 : DÉTOXIFIER POUR RETROUVER UN ESPRIT CALME

- 1 gommage du corps enrichi en magnésium (15')
- 1 séance de bain sonore aux bols tibétains (45')
- 1 douche océane (15')

JOUR 2 : LIBÉRER LES TENSIONS LIÉES AU STRESS ET APPRENDRE À LÂCHER PRISE

- 1 lit hydromassant (15')
- 1 séance de yoga (45')
- 1 bain de mer hydromassant précieux au miel et au karité (15')

JOUR 3 : SE FAIRE PLAISIR ET RECHARGER LES BATTERIES

- 1 bain de mer hydromassant enrichi en magnésium (15')
- 1 enveloppement d'algues enrichi en magnésium (20')
- 1 massage Ayurvédique (50')

Prix par personne à partir de 595 €
En chambre double et petits-déjeuners**.

* à partir de 374 € sans hébergement. ** à partir de 422 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



DÉTENTE ZEN

Détente, apaisement, libération des tensions, profitez d'un instant cocooning.

9 soins | 3 jours

- 1 gommage du corps (15')
- 1 enveloppement d'algues à l'hibiscus (20')
- 1 enveloppement d'algues reminéralisantes (20')
- 2 bains de mer hydromassants aux cristaux Thalazur (15')
- 1 douche sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 lit hydromassant (15')
- 1 massage Ayurvédique (50')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')

Prix par personne à partir de 595 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

* à partir de 422 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

AROMATHÉRAPIE

Moment de détente dédié aux senteurs et aux huiles essentielles.

9 soins | 3 jours

- 1 gommage du corps (15')
- 2 bains de mer hydromassants précieux au miel et karité (15')
- 2 enveloppements d'algues aux parfums d'ailleurs : à la pulpe de coco ou aux trois thés (20')
- 2 lits hydromassants (15')
- 1 massage Aroma (50')
- 1 massage du corps sous fine pluie d'eau de mer Arôm'affusion (25')

Prix par personne à partir de 595 €
En chambre double et petits-déjeuners*.



MAMAN BÉBÉ

Des instants de détente pour vous du bonheur partagé avec bébé.

9 soins | 3 jours

Thalazur offre l'hébergement à l'accompagnant pour garder bébé.

- 2 applications d'algues au fucus (20')
- 1 bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')
- 1 douche océane (15')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- 1 séance de jeux aquatiques parents/bébé** (20')
- 1 soin du visage marin aux 3 algues Thalgo (1h)
- 1 massage détente (25')
- 1 atelier massage bébé** (20')

Prix par personne à partir de 595 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

AUTHENTIQUE MASCULIN

Un protocole de soins dédié afin de retrouver tonicité et vitalité.

9 soins | 3 jours

- 1 gommage du corps (15')
- 1 enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boue marine (20')
- 2 bains de mer hydromassants aux parfums d'ailleurs : aux cristaux du lagon ou aux agrumes (15')
- 1 douche à jet (10')
- 1 douche sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 lit hydromassant (15')
- 1 massage Balinaï (50')
- 1 soin du visage Thalgo men (1h)

Prix par personne à partir de 595 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

LIBERTÉ SUPRÊME

Le meilleur de nos soins. Composez votre escale et faites-vous plaisir en fonction de vos envies.

9 soins au choix | 3 jours

CHOISISSEZ 5 SOINS ESSENTIELS POUR VOUS RÉGÉNÉRER

Soins d'hydrothérapie

- bain de mer hydromassant précieux au miel et karité (15')
- bain de mer hydromassant aux cristaux Thalazur (15')
- douche à jet (10')
- douche sous fine pluie d'eau de mer (15')

Enveloppements & applications d'algues et de boues (20') (3 maximum)

- reminéralisantes
- aux trois thés
- à la pulpe de coco
- thermosudation au fucus
- boue marine

Soins secs

- lit hydromassant (15')
- pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- application cryothérapie jambes (20')

CHOISISSEZ 2 SOINS INDISPENSABLES POUR UNE ESCALE RÉUSSIE

Gommages du corps (20') (1 maximum)

- des Îles Thalgo | Fort
- amande délicieux Payot | Doux

Massages (25')

- Aromas
- Mahana relaxant Thalgo

CHOISISSEZ 2 SOINS INOUBLIABLES POUR VOTRE BIEN-ÊTRE

Massages du monde (50')

- Ayurvédique
- Balinaï
- Aromas
- aux pierres chaudes
- soin signature Thalazur jardin marin

Soins esthétiques & spa (1h) (1 maximum)

- soin du visage L'Expertise My Payot, Éclat et Vitalité
- soin du visage Fondamental de la mer Thalgo
- soin du visage Marin aux 3 algues Thalgo

Prix par personne à partir de 674 €

En chambre double et petits-déjeuners*. Afin de vous garantir le meilleur planning, il est demandé de nous communiquer vos choix de soins 3 semaines avant votre arrivée. Nous restons à votre écoute pour vous orienter au mieux.

* à partir de 422 € sans hébergement. **Participation possible de l'accompagnant. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

Demandez à programmer vos ½ journées de soins (matin, après-midi ou en alternance dans la mesure de disponibilité de nos plannings). * à partir de 497 € sans hébergement. Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

NOS SÉJOURS THALASSO 1 à 5 JOURS

52

Envie de découvrir la Thalasso avec une Journée
Découverte ou une Journée à thème aux soins ciblés ?
Profitez de 3 à 4 soins Thalasso et spa, seul(e)
ou accompagné. De 1 à 5 jours, c'est vous qui choisissez !

Nos programmes de soins sont proposés, sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.

Pour mieux vous projeter vous pouvez découvrir le descriptif des soins pages 58 et 59.

*Pour toute demande concernant votre programme de soins,
merci de nous contacter en amont de votre arrivée par mail à antibes@thalazur.fr*



53



JOURNÉE DÉCOUVERTE MARINE

3 soins | jour
dont 1 collectif

- 2 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boue marine (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15'), lit hydromassant (15'), douche à jet (10'), douche sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 soin collectif : jets sous-marins ou séance aquatique vitalité marine (25')

Prix par personne à partir de 138 €
En chambre double et petit-déjeuner.

Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

JOURNÉE DÉCOUVERTE THALAZUR

3 soins | jour
dont 1 massage

- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boue marine (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15'), lit hydromassant (15'), douche à jet (10'), douche sous fine pluie d'eau de mer (15')

Prix par personne à partir de 166 €
En chambre double et petit-déjeuner.



JOURNÉE VITALITÉ MARINE

4 soins | jour
dont 1 collectif

- 3 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boue marine (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15'), lit hydromassant (15'), douche à jet (10'), douche sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 soin collectif : jets sous-marins ou séance aquatique vitalité marine (25')

Prix par personne à partir de 194 €
En chambre double et demi-pension.*

Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.

JOURNÉE THALAZUR

4 soins | jour
dont 1 massage

- 1 massage détente (20')
- 3 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boue marine (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15'), lit hydromassant (15'), douche à jet (10'), douche sous fine pluie d'eau de mer (15')

Prix par personne à partir de 213 €
En chambre double et demi-pension.*

JOURNÉES À THÈME

3 ou 4 soins | jour

Journée au choix parmi :

AROMA

- 1 gommage du corps (15')
- 1 massage du corps Aroma (25')
- 1 bain de mer hydromassant précieux au miel et karité (15')
- 1 enveloppement aux parfums d'ailleurs (20')

THALASSO & SPA ADO 14-18 ANS

- 1 soin visage L'Expertise My Payot, Éclat et Vitalité (1h)
- 1 massage détente (20')
- 1 bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')

HARMONIE BEAUTÉ

- 1 gommage du corps (15')
- 1 bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur (15')
- 1 massage du visage (20')
- 1 massage Mahana relaxant Thalgo (25')

Prix par personne à partir de 233 €

En chambre double et demi-pension.*

Les tarifs affichés tiennent compte de l'offre « Avant-Première » page 62.



dans le détail

Nos massages

SOUS FINE PLUIE D'EAU DE MER

Allongé sur le ventre sous une rampe de micro-jets, le corps est modelé par un(e) hydrothérapeute à l'aide d'une huile végétale bio. Mouvements enveloppants, glissés des mains et pressions douces apportent relâchement et relaxation optimale.

ARÔM'AFFUSION

Ce massage s'effectue sous une fine pluie d'eau de mer chaude. Tout au long de l'année, les huiles utilisées sont en adéquation avec les rythmes de la saison. Un bonheur simple comme la nature.

AROMA

Une immersion dans le cœur de la Provence avec ce massage aux senteurs méditerranéennes. Des gestes adaptés vous délestent de vos tensions, le temps s'immobilise. Ce massage vous procure bien-être et relaxation.

Nos enveloppements et applications

ENVELOPPEMENT D'ALGUES REMINÉRALISANTES

Les algues chaudes permettent à l'organisme de se reminéraliser, de réhydrater les tissus et d'éliminer les toxines.

ENVELOPPEMENT D'ALGUES AUX TROIS THÉS

Soin alliant les propriétés antioxydantes des thés (noir, blanc, vert) aux vertus reminéralisantes des algues.

ENVELOPPEMENT D'ALGUES À LA PULPE DE COCO

Soin aux senteurs évocatrices, les qualités nutritives de la pulpe de coco offrent régénération et hydratation.

APPLICATION D'ALGUES AU FUCUS

Soin minceur intensif. Hautement concentré dans ce soin, le fucus

a des propriétés détoxifiantes qui favorise l'élimination des excès d'eau, des lipides et des toxines.

APPLICATION D'ALGUES

THERMOSUDATION AU FUCUS

Soin minceur intensif de sudation accélérant l'élimination des toxines. Enrichi aux huiles essentielles de romarin, de lavande et d'eucalyptus.

APPLICATION DE BOUES MARINES

Issues des sédiments marins, les boues marines s'appliquent chaudes localement sur le dos et les articulations. Action antalgique et antirhumatismale.

Nos bains de mer hydromassants

Installé dans une baignoire d'eau de mer chauffée (entre 34° et 37°), le corps est balayé par un massage puissant (global ou localisé), grâce à des jets sous-marins qui suivent les trajets musculaires dans le sens du retour veineux. Un soin star aux effets détoxifiants, drainants, relaxants et dynamisants.

AUX CRISTAUX THALAZUR

Additionné de cristaux de sels marins, ce soin reminéralisant associé à la chroma thérapie vous procure une relaxation musculaire profonde.

PRÉCIEUX AU MIEL ET AU KARITÉ

Grâce à l'adjonction d'une cire au miel et au karité, ce soin vous fait découvrir la délicieuse sensation d'une peau pleinement hydratée et délicatement parfumée.

AUX PARFUMS D'AILLEURS

Grâce à l'adjonction dans l'eau de mer de sel aux parfums plus envoûtants les uns que les autres votre bain prendra la couleur de vos envies. Au choix parmi : aux cristaux du lagon ou aux cristaux d'agrumes.

À LA GELÉE D'ALGUES

Minceur aux huiles essentielles de thym et de romarin.

Nos autres soins d'hydrothérapie

DOUCHE À JET

L'hydrothérapeute dirige un puissant jet d'eau de mer suivant un tracé bien défini. La pression réglable du jet améliore votre tonus musculaire et affine votre silhouette.

DOUCHE SOUS FINE PLUIE D'EAU DE MER

Balayage sur tout le corps par une fine pluie d'eau de mer chaude diffusée par une rampe mobile oscillatoire. Ce soin vous procure un relâchement des tensions musculaires et une sensation de détente.

DOUCHE OCÉANE

Allongé sur le ventre, un hydrothérapeute draine et masse à l'aide d'un jet d'eau de mer chauffée. Apaisant et décontractant.

Nos soins secs

LIT HYDROMASSANT

Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, deux jets à pressions modulables massent le corps de façon régulière, localisée ou générale. Pour optimiser les bienfaits de ce soin, trois protocoles de massage ont été mis au point pour vous par nos experts de la Thalassothérapie : Détente, Tonique & Spécial dos.

PRESSOTHÉRAPIE

Application d'un gel jambes fraîcheur et drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs : deux grandes bottes à pression progressive pneumatique vous permettent d'améliorer le retour veineux. Affine et allège les jambes et atténue l'aspect peau d'orange.

APPLICATION CRYOTHÉRAPIE JAMBES

Application sur les membres inférieurs d'une solution froide à base de camphre et de menthol.

L'effet raffermissant et stimulant du froid est bénéfique pour vos jambes lourdes et la cellulalgie.

Nos soins paramédicaux

CONSULTATION NUTRITION

Pour retrouver la ligne, mais aussi pour votre santé et votre bien-être, notre diététicienne vous établit un programme sur-mesure adapté à votre rythme de vie, à votre âge et à vos besoins.

OSTÉOPATHIE

Technique manuelle visant à rééquilibrer les structures ostéo articulaires et viscérales.

OSTÉOPATHIE AQUATIQUE

Baigné dans une eau à 34°, l'ostéopathie aquatique vous permet d'accéder rapidement à un relâchement total par un traitement dans la globalité, n'utilisant que des techniques douces. Très indiqué pour se libérer du stress, elle permet un voyage intérieur, en dehors de l'espace et du temps.

Nos soins collectifs

JETS SOUS-MARIN

Mouvements réalisés sous la conduite d'un(e) hydrothérapeute devant différents jets visant toutes les parties du corps, en piscine d'eau de mer chauffée. Ce soin stimule la circulation, détend en profondeur les masses musculaires et assouplit les articulations.

SÉANCE AQUATIQUE VITALITÉ MARINE

Redynamise le corps grâce à une activité physique douce associée aux bienfaits de l'eau de mer. Réveille les muscles permettant un maintien et une posture dynamique afin de diminuer l'état de fatigue générale du corps et de l'esprit.

AQUABIKEING

Activité extrêmement complète et efficace, ludique et dynamisante, pratiquée sur un vélo immergé dans l'eau. Permet une dépense calorique importante, entre 300 et 500 par séance.

SÉANCE AQUATIQUE DE JANZU

Héritée d'une longue tradition chamanique au Mexique, c'est un voyage, une danse aquatique fluide, harmonieuse et thérapeutique qui fait appel au pouvoir de l'eau. La personne est soutenue et portée par l'eau, enveloppée en sécurité et en confiance. Cette méditation est un soin basé sur les propriétés de l'eau chaude, du mouvement et de l'immersion. Ses bienfaits sont multiples: relâchement des tensions physiques et mentales, agit contre le stress et le surmenage, permet le lâcher-prise. Un véritable moment de complète détente pour le corps et l'esprit.

PILATES

Technique basée sur les principes de la concentration, la respiration, le centrage, la coordination et le contrôle par la conscience (neurocontrologie). Les exercices proposés ne s'adressent pas qu'aux sportifs, ils sont accessibles à toute personne désirant une technique plus douce que la mouvance fitness, ainsi qu'aux personnes sédentaires. L'objectif de la séance est de renforcer les muscles profonds, les muscles de maintien pour lutter contre la sédentarisation et la posture sitting worker à laquelle nous sommes tous confrontés.

JEUX AQUATIQUES PARENTS / BÉBÉ

La séance crée un lien affectif entre les parents et l'enfant. Faite de découvertes sensorielles, d'activités motrices, de développement psycho-affectif et d'éveil social, autant de bienfaits apportés par une séance d'éveil aquatique.

Grâce à ce lexique, les soins de Thalassothérapie n'auront plus de secrets pour vous. Soins d'hydrothérapie, massages, soins experts, soins high tech... Immergez-vous !

nos conseils séjour

J'emporte dans ma valise...

- Deux maillots de bain en synthétique adaptés aux conditions marines (eau de mer, chlore...).
- Pour les hommes seuls les slips ou boxers sont acceptés
- Pour les femmes seuls les maillots de bain 1 ou 2 pièces sont acceptés
- Les monokinis, les combinaisons intégrales, les shorts de bain et les strings ne sont pas tolérés.
- Des sandales ou tongs antidérapantes (offertes pour toutes les cures de 6 jours).
- Une tenue de sport pour accéder à la salle de cardiotraining.
- Pour les cures Échappée Parfums d'Azur, Vitalité marine, Signature Thalazur, Massages du monde, Liberté suprême et Sérénité ainsi que pour tous séjours de plus de 3 jours un certificat médical de non contre-indication datant de moins de trois mois vous sera demandé.

C'est inclus dans mon séjour...

- Accès libre et illimité pour le curiste au sauna, hammam, espace marin et cours d'aquagym sur réservation.
- Accès libre pour le curiste à la salle de cardio-training. Interdit aux moins de 18 ans.
- Les peignoirs et serviettes sont fournis pour tous les séjours avec soins.
- Tisanes Bio en libre-service durant vos soins.
- La consultation médicale pour les cures 6 jours (exceptées cures Échappée parfums d'Azur, Vitalité marine, Signature Thalazur, Massages du monde Liberté suprême et Sérénité).

J'arrive à l'hôtel...

- Votre chambre est disponible à partir de 16h (17h en Résidence) le jour de votre arrivée et elle doit être restituée pour 12h (10h en Résidence) le jour de votre départ.
- Le jour de l'arrivée, comme le jour du départ, vous bénéficiez de l'accès au Spa marin. Des vestiaires et casiers sont à votre disposition à la Thalassothérapie.
- Parking fermé gratuit.

- Bornes de recharge électrique à disposition.
- La demi-pension comprend un petit-déjeuner et un repas, midi ou soir, à votre convenance.
- L'accompagnant non curiste partage la chambre du curiste. Selon le tarif en vigueur, l'accompagnant adulte peut accéder à la piscine, sauna, hammam, salle de cardio-training.
- Lit bébé, baignoire, chauffe-biberons, matelas à langer sont à votre disposition à l'hôtel (sur demande préalable lors de la réservation). Chaises hautes au restaurant.
- Pensez à réserver chaque jour, auprès de la réception ou du restaurant de l'hôtel, votre table au restaurant pour vos déjeuners et dîners.
- Hébergement et petit-déjeuner offerts pour les enfants jusqu'à 12 ans dormant dans la chambre des parents dont le séjour est payant (hors résidence). Thalasso et soins, mode d'emploi !
- Vos soins sont planifiés par demi-journée en alternance le matin et l'après-midi.
- Pour le bon déroulement des soins, il vous sera demandé de vous présenter 10 minutes avant votre premier soin. Tout rendez-vous non décommandé 48h à l'avance sera considéré comme effectué.
- Pour toute question concernant votre séjour ou planning de soins, nous vous invitons à nous contacter avant votre arrivée.
- Possibilité de soins au Spa beauté et soins d'experts entre 3 et 6 mois de grossesse, nous consulter.
- Accès piscine autorisé pour les enfants de moins de 12 ans, voir horaires d'accès spécifiques ci-contre. Sauna, hammam et salle de cardio-training non autorisés aux enfants.
- Nos locaux sont conçus pour permettre l'accès aux personnes handicapées. Pour faciliter l'organisation des soins de Thalassothérapie, il est conseillé de prendre contact avec notre médecin. L'accompagnement par une personne valide est exigé lorsque la personne handicapée n'est pas autonome.
- Un oubli ? Vous trouverez dans notre espace boutique des maillots de bain et produits cosmétiques.
- Pour l'hygiène de tous, les cheveux doivent être attachés pour l'accès à nos piscines.



HORAIRES D'OUVERTURE*

L'INSTITUT DE THALASSOTHÉRAPIE
est ouvert toute la semaine.

Les soins sont planifiés
de 9 h à 13 h et de 14 h à 18 h

SPA MARIN ET CARDIO-TRAINING

Tous les jours de 9 h à 19 h 45.

CONDITIONS ENFANTS

Clients hébergés :
piscine intérieure autorisée aux enfants
de moins de 12 ans entre 12 h et 14 h
et à partir de 17 h du lundi au dimanche*
(non accessible en Juillet et Août).
Piscines extérieures en accès libre.

SPA BEAUTÉ THALGO & PAYOT

Tous les jours
de 9 h à 13 h et de 14 h à 18 h.

**Horaires susceptibles
d'être modifiés.*

AVANT-PREMIÈRE

Jusqu'à
-20%

sur votre séjour, pour toute réservation effectuée **au moins 60 jours avant la date d'arrivée**.

BON PLAN

Jusqu'à
-10%

sur votre séjour, pour toute réservation effectuée au minimum **entre 7 jours et 60 jours avant la date d'arrivée** (selon les dates et disponibilités).

SUPPLÉMENT SOLO OFFERT

Nous vous offrons le supplément chambre individuelle **sur certaines périodes de l'année** (nous contacter).

SUPPLÉMENT ACCOMPAGNANT

Nous vous offrons le supplément accompagnant non-curiste, pour toute réservation d'une **Escale Maman Bébé 3 jours/3 nuits**.



Retrouvez les conditions et modalités de réservation de ces offres dans nos conditions générales de vente via le QR code ou sur notre site Internet : www.thalazur.fr

TARIF LE PLUS BAS le plus tôt

Afin de toujours vous proposer les meilleurs tarifs et offres du moment, **Thalazur a opté pour une tarification dynamique**. Ainsi, nos tarifs évoluent en fonction du remplissage de nos établissements. Nos équipes sont à votre disposition par mail et téléphone pour vous orienter sur les périodes souhaitées, en vous indiquant les meilleures options !

ÉQUIPE dédiée

Notre équipe d'Experts Thalazur, basée à Levallois-Perret (région parisienne), à Carnac et Saint-Jean-de-Luz est **à votre écoute pour vos demandes d'informations, devis et réservation, du lundi au vendredi de 9 h à 19 h 30 et le week-end de 9 h 30 à 17 h 30, sans interruption**. Par téléphone ou par mail, une réponse vous sera toujours apportée rapidement !

MEILLEUR PRIX garanti

Thalazur s'engage à vous **proposer le meilleur tarif sur les prestations de votre choix**. Ainsi, vous ne pouvez trouver un tarif moins onéreux ailleurs, sur une prestation comparable.

En cas de doutes ou interrogations, nos équipes se tiennent à votre disposition pour effectuer les comparatifs nécessaires et vous orienter au mieux !

L'esprit Thalazur, engagé par nature !

Nous ne sommes peut-être qu'une goutte d'eau dans l'océan auquel nous devons tant. Et pourtant... Chez Thalazur, chaque geste compte pour avancer vers une consommation plus responsable, dans le respect de l'humain et de la nature, avec l'ambition de réinventer une hôtellerie éthique, exigeante et élégante, en phase avec vos attentes.

Des escales labellisées

100 % de nos escales sont certifiées Clef Verte, label international du tourisme durable.

Une cuisine responsable

Une cuisine locale, de saison et pleine de goût, notre concept précurseur des **5S** incarne une vision de la cuisine à la fois **responsable, humaine et tournée vers le bien-être durable**.

Nous privilégions les circuits courts et collaborons avec des producteurs locaux, reflet de nos terroirs, présentés sur chacune des cartes de nos restaurants.

Une biodiversité préservée

Préservation de la biodiversité marine et littorale.

0 pesticide dans nos espaces verts, **0 plastique** dans nos produits thalassothérapie & spa, à minima **90 % d'ingrédients d'origine naturelle dans notre gamme Thalazur jardin marin**, fabriquée en France. 10 fois moins de plastique utilisé pour les produits d'hygiène corporelle depuis 2022.

Des équipes engagées

55 % de femmes et 45 % d'hommes : **une parité réelle**. Des formations régulières pour nos équipes. **82 % de nos collaborateurs sont fiers** de travailler chez Thalazur. **Sensibilisation** de nos clients et partenaires **aux enjeux RSE**. Présence d'un.e GreenChampion sur chaque escale.

Une mobilité douce encouragée

100 % de nos escales proposent des vélos à la location et **100 % sont équipées de bornes** de recharge électrique.

Un soutien solidaire

100 % de nos escales soutiennent au moins une action solidaire locale. **Thalazur soutient la Fondation de la Mer**, pour la protection de la biodiversité marine et s'engage aux côtés de cette organisation de référence en agissant concrètement pour la sauvegarde du milieu marin.

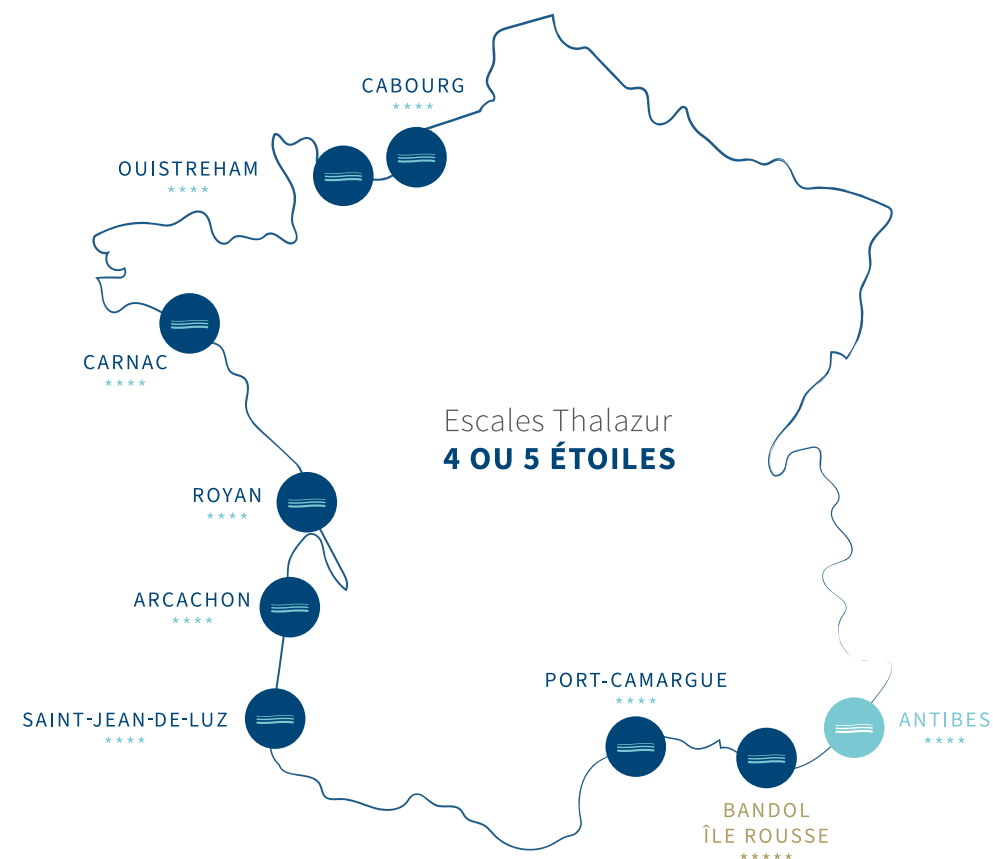


Thalazur avec ses actions Bleu pour demain, soutient la Fondation de la mer

La Fondation de la Mer agit pour la protection de la biodiversité marine, la lutte contre les pollutions et la sensibilisation de tous à la préservation des océans. Sensible à ces enjeux, Thalazur s'engage à leurs côtés, en affirmant sa volonté d'agir concrètement pour la sauvegarde du milieu marin, et propose à ses clients de s'associer à cette démarche. Avec *Bleu pour demain*, deux gestes simples pour contribuer : ajouter un don de 5 € lors du règlement du séjour, ou décliner le service en chambre. Ce choix permet de limiter l'usage d'eau, d'énergie et de produits d'entretien. La valeur du service non réalisé sera reversée à la Fondation de la Mer — un geste utile pour la planète, transformé en don concret.



UNE VAGUE DE BIEN-ÊTRE



Accès

En train

- TGV Paris/Antibes 5 h 39
- Gare d'Antibes à 3 km

En voiture

- A8, sortie Antibes, Sophia-Antipolis, Vallauris, suivre bretelle A8 sur 1 km, prendre D35 (8 km depuis la sortie autoroute A8).

En avion

- Paris/Nice 1 h 25
- Aéroport de Nice Côte d'Azur à 20 km

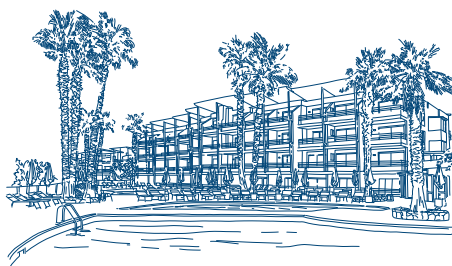
Thalazur Antibes****
770, chemin des Moyennes Bréguières
06600 Antibes



THALAZUR
escales bien-être & thalasso



ANTIBES



INFORMATIONS, DEVIS ET RÉSERVATION

7j/7 au +33 (01) 48 88 89 90
inforeservation@thalazur.fr

www.thalazur.fr

