

SOINS À LA CARTE  
ÉDITION 2026

# ARCACHON



## **Laissez-vous porter par les bienfaits de la mer...**

Des rivages de la Manche à la Méditerranée, en passant par l'Atlantique, nos escales Thalazur vous invitent à une expérience unique où les bienfaits marins rencontrent l'art du soin et du lâcher-prise.

Ici, chaque instant se pense comme une parenthèse bien-être : alliance du savoir-faire thalasso et de la douceur spa, nos escales conjuguent expertise et sérénité pour vous offrir un moment d'équilibre et de plénitude.

Puisée au cœur de l'océan, l'eau de mer révèle ses vertus régénérantes à travers nos soins thalasso reminéralisants, nos rituels du monde, nos massages signatures et nos soins beauté d'exception.

En partenariat avec les marques françaises Thalgo et Payot, références de la cosmétique marine et du soin professionnel, nous vous proposons des rituels alliant efficacité, précision et plaisir des sens. Chaque geste, chaque texture, chaque fragrance participe à une expérience complète, où le corps s'apaise et l'esprit se recentre.

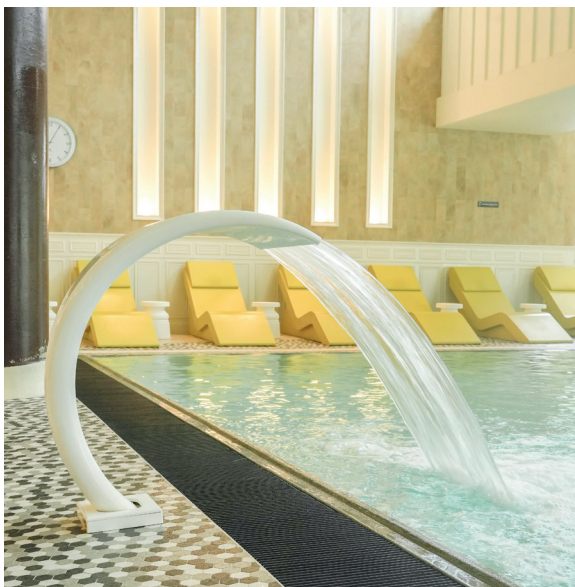
Que vous choisissiez une journée thalasso, un moment détente ou une parenthèse beauté, laissez-vous guider par nos équipes expertes pour un voyage sensoriel sur mesure. Au fil des pages, découvrez nos soins, nos rituels et nos expériences à vivre seul(e) ou à deux, pour un moment suspendu.

**Notre promesse : un art de vivre  
le bien-être, avec expertise et émotion.**

# SOMMAIRE





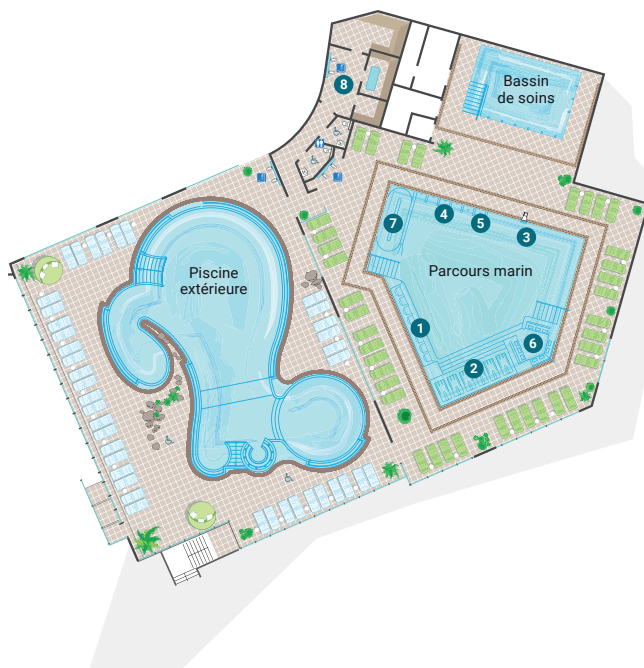


## Détendez-vous, dans notre spa marin.

Notre approche holistique du bien-être intègre fitness  
et spa qui aident à maintenir un mode de vie sain.

### À la carte :

piscine d'eau de mer chauffée, sauna, hammams, jacuzzi,  
salle de fitness... de quoi vous détendre entre deux soins  
ou pour bien terminer la journée.



1. Fauteuils massants
2. Aquabeds
3. Col de cygne
4. Jets sous-marins
5. Pedijets
6. Jacuzzi
7. Couloir de marche à contre-courant
8. Sauna et hammams





# LE SPA MARIN



# OS S A nos soins A H T



Respirez, lâchez prise,  
vous êtes entre de bonnes mains...!



## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la même 1/2 journée (forfait 1 à 3 soins) ou journée de vos soins.

Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires en vente sur place).

# plongez dans l'univers de la thalasso

les bienfaits de l'eau de mer, c'est seulement ici...

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS
<b>2 soins*</b>	<b>96€</b>	<b>106€</b>
<b>2 soins Thalazur</b>	<b>112€</b>	<b>122€</b>
1 soin de thalasso*		
1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')		
<b>3 soins*</b>	<b>120€</b>	<b>130€</b>
<b>3 soins Thalazur</b>	<b>149€</b>	<b>159€</b>
2 soins de thalasso*		
1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')		
<b>4 soins Thalazur</b>	<b>180€</b>	<b>190€</b>
3 soins de thalasso*		
1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')		

### \*Choix des soins de THALASSO

(descriptif des soins pages 12/13)

- bain de mer hydromassant reminéralisant aux cristaux Thalazur
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues reminéralisantes
- application de boues marines
- douche à jet
- douche oscillante
- pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur





**SOINS ÉPHÉMÈRES,  
VENTES PRIVÉES**  
Retrouvez nos offres  
du moment sur  
[www.thalazur.fr/](http://www.thalazur.fr/)  
[arcachon/thalasso/](http://arcachon/thalasso/)

# optez pour une journée à thème

parfait mélange  
de soins de thalasso et de soins Spa

SEMAINE      WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

**La journée à thème      180€      190€**

## **Journée dos**

- 1 massage bien-être du dos (25')
- 1 lit hydromassant spécial dos (15')
- 1 application de boues marines (20')

## **Journée silhouette**

- 1 massage minceur anti-cellulite (25')
- 1 douche à jet (10')
- 1 application d'algues thermosudation au fucus (20')

## **Journée zen**

- 1 massage signature Thalazur (25')
- 1 enveloppement à la spiruline (20')
- 1 bain de mer hydromassant à l'algue rouge et hibiscus (15')

## **Journée beauté**

- 1 gommage du corps (15')
- 1 enveloppement à la pulpe de coco (20')
- 1 soin du visage lissant détoxifiant Spiruline Boost Thalgo (30')

## **Journée récupération sportive**

- 1 massage merveille arctique (25')
- 1 bain froid des jambes (10')
- 1 séance de pulsothérapie (25')

## **Journée future maman**

*Entre 3 et 7 mois de grossesse*

- 1 massage femme enceinte (25')
- 1 lit hydromassant (15')
- 1 soin du visage femme enceinte (40')

*Nos tarifs s'entendent par personne.  
Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*



dans le  
détail

## nos soins de thalassothérapie

---

### Bains de mer hydromassants (15')

Profitez d'un bain d'eau de mer chauffée, dans une baignoire avec chromothérapie. Les jets suivent les lignes musculaires pour détendre en profondeur, activer la circulation et revitaliser le corps grâce aux bienfaits des sels minéraux et oligoéléments contenus dans l'eau de mer.

- **reminéralisant aux cristaux Thalazur** 57€  
Additionné de cristaux de sels marins et de spiruline.
- **précieux** 61€  
Additionné d'une cire au miel et au karité.

### Douche à jet (10') 61€

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 oscillante (15') 57€

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

## nos soins secs

---

### Lit hydromassant (15') 57€

Allongé sur le dos, sur un matelas d'eau chaude, deux jets à pression modulable vous massent le corps pour une détente musculaire profonde.

### Pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20') 61€

Drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs : affine et allège les jambes et atténue l'aspect peau d'orange.

## nos massages

---

*Soins proposés uniquement dans nos formules  
demi-journée ou journée (voir pages 10/11).*

### Sous fine pluie d'eau de mer (15')

Allongé sur une table, vous profitez d'un massage enveloppant, pendant qu'une fine pluie d'eau de mer chaude caresse votre corps. Ce soin unique allie les bienfaits reminéralisants de l'eau de mer à ceux du massage, pour apaiser les tensions et offrir une profonde sensation de détente.

### Au baume d'algues (15')

Techniques du massage traditionnel qui procurent bien-être et relaxation.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





## OUVERT 7/7 JOURS

Les soins sont planifiés  
du lundi au dimanche de 9h à 17h30

### Informations ou réservations

au 05 57 72 06 66 ou à [arcachon@thalazur.fr](mailto:arcachon@thalazur.fr)

## nos enveloppements et applications

Les algues sont appliquées sur l'ensemble du corps, puis celui-ci est installé sur un lit flottant chauffé. En apesanteur, enveloppé de chaleur douce, le corps se relâche profondément. Cette chaleur ouvre les pores, stimule la circulation sanguine et favorise l'absorption des actifs marins — sels minéraux, oligoéléments. Les boues sont appliquées localement, notamment sur le dos ou les articulations.

### Enveloppement d'algues reminéralisantes (20') **65€**

Algues laminaires micronisées riches en minéraux et oligoéléments.

### Application de boues marines (20') **65€**

Issues des sédiments marins, pour une action antalgique et antirhumatismale.

### Enveloppement d'algues à la pulpe de coco (20') **70€**

Algues lithothamne, oligosource et pulpe de coco au fort pouvoir hydratant.

### Application d'algues thermosudation au fucus (20') **70€**

Algues fucus vesiculosus micronisées et extrait de fucus reconnus pour leurs propriétés lipolytiques. Huiles essentielles de romarin, lavandin, menthe et eucalyptus mentholé.

## ce qu'il faut prévoir

- Pour les messieurs : slip de bain ou boxer (bermuda et short interdits).
- Pour les femmes : maillot de bain une ou deux pièces (string, monokini, burkini, maillot jupe sont interdits).
- Sandales obligatoires (en vente sur place si besoin).
- Le peignoir et la serviette de bain vous sont fournis.
- Tenue et chaussures de sport obligatoires pour accéder à l'espace cardio-fitness.

## lors de votre venue

- Certificat médical ou décharge obligatoire à remplir sur place.
- Bonnet de bain recommandé ou cheveux longs attachés.
- Nous ne sommes pas responsables de vos pertes, vols ou dégradations de bijoux ou objets de valeur.
- Le non-respect des règles d'hygiène entraînera l'exclusion de l'institut de thalassothérapie.

## conditions générales

- Tout rendez-vous non décommandé sera considéré comme effectué.
- Toute annulation inférieure à 48 h entraînera une facturation de 50 % de la prestation ; inférieure à 24 h la totalité.
- Une sélection de soins est proposée aux mineurs à partir de 16 ans (nous consulter) ainsi qu'aux femmes enceintes (journée future maman et massage femme enceinte p.11 et 20).

## soins experts

---

### **Réflexologie plantaire (40')** **85€**

Massage précis des zones réflexes situées sous la plante des pieds, en lien avec les organes du corps. Cette stimulation permet de réactiver la circulation de l'énergie vitale, de relancer les fonctions organiques et d'induire une profonde détente.

### **Ostéopathie (25')\*** **75€**

Thérapie manuelle douce (ostéo-articulaire, viscérale et crânienne) visant à lever les blocages articulaires et les tensions musculaires. L'objectif : restaurer l'équilibre global du corps et améliorer son fonctionnement naturel

### **Reiki (50')\*** **118€**

Le Reiki est une méthode de soin énergétique japonais qui a pour but de rééquilibrer l'ensemble du corps.

L'objectif de ce soin est d'augmenter votre capacité d'auto-guérison et ainsi permettre de restaurer votre capital énergie afin de réduire les éventuelles tensions, douleurs, qu'elles soient physiques ou émotionnelles.

### **Consultation de naturopathie (1h)\*** **90€**

La naturopathie vous accompagne vers un mieux-être global grâce à des méthodes naturelles : alimentation, aromathérapie, gestion du stress, sommeil... Cette consultation permet de faire le point sur votre vitalité et de mettre en place un programme d'hygiène de vie personnalisé.

### **Pulsothérapie NOUVEAU (25')** **65€**

Un soin innovant qui stimule la circulation sanguine et lymphatique en profondeur, en parfaite harmonie avec le rythme cardiaque. Idéal pour favoriser le drainage, la récupération et pour une sensation immédiate de légèreté. Indiqué pour : jambes lourdes, fatigue, récupération, drainage.

### **Atma Janzu (45')\*** **130€**

En flottaison ou en immersion douce, guidé avec bienveillance dans une eau chaude, vivez un voyage sensoriel profond. Par les bercements, étirements et mouvements aquatiques, ce soin vous reconnecte à votre corps et libère tensions physiques et émotionnelles.

### **Cryothérapie localisée** **55€**

Application de froid intense sur une zone ciblée du corps pour soulager douleurs, inflammations, contractions musculaires ou favoriser le drainage. Une méthode efficace, notamment en cas de douleurs chroniques ou aiguës.

**\*Accès au Spa Marin en supplément nous consulter. Ces soins sont réalisés par des praticiens certifiés extérieurs à notre établissement. Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.**





# SPA BEAUTÉ

nos soins





Gommages corporels pour exfolier la peau, lisser le grain et optimiser les soins. Massages du monde aux effets éminemment relaxants et rééquilibrants. **Rituels spa pour une parenthèse beauté ou bien-être d'une demi-journée.** Soins du visage experts aux effets anti-âge, purifiants ou éclat. Soins minceur pour regalber la silhouette et déloger la cellulite...

Afin de vous offrir le meilleur des soins visage et corps, **Thalazur s'est associé à deux grandes marques cosmétiques françaises Thalgo et Payot.**

Pour compléter l'expérience, **le rituel de soin signature Thalazur jardin marin**, qui s'inscrit dans l'ADN de la marque et de sa vision holistique du bien-être et du mieux-vivre, vous guidera vers une détente absolue et un équilibre intérieur.

Envie de vivre de nouvelles sensations, de prendre soin de vous, d'agir pour préserver votre jeunesse ?

**Accordez-vous  
une escale sur-mesure  
dans notre Spa Beauté.**

---

**POUR TOUTE INFORMATION  
OU RÉSERVATION**

contactez le 05 57 72 06 66  
ou depuis votre chambre poste 4558  
ou par mail à [arcachon@thalazur.fr](mailto:arcachon@thalazur.fr)  
du lundi au dimanche de 9 h à 18 h.



## les gommages corps

### Le soin indispensable !

- Élimine les cellules mortes.
- Rend votre peau douce et soyeuse.
- Améliore la circulation et l'élasticité de la peau.
- Permet à votre peau de mieux absorber les crèmes (solaires, hydratantes...) et les oligoéléments et sels minéraux contenus dans vos soins de thalassothérapie.

**Résultat :** vos soins et crèmes seront alors plus efficaces, leurs actifs pénétreront mieux.

### ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place).

SEMAINE      WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

#### Le gommage (20')

**68€      78€**

##### Des îles Thalgo

Sable blanc de Bora Bora, sel marin, coques de coco et huiles végétales.

##### Mer des Indes Thalgo

Poudre de gingembre, sels et sucres.

##### Amande délicieux Payot

Crème onctueuse aux éclats d'amandes et à la délicieuse odeur de pistache.

#### Rituel beauté détox (45')

**89€      99€**

- gommage du corps
- gommage du visage
- pose de masque
- crème visage adaptée à votre type de peau

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





## les instants à deux

Un instant de complicité côte à côte, au même rythme, bercés par les mêmes gestes.

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS		SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS
<b>Parenthèse DUO Spa</b>	<b>420€</b>	<b>440€</b>	<b>Parenthèse DUO Beauté</b>	<b>420€</b>	<b>440€</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 gommage du corps (20')</li> <li>• 1 massage Californien (50')</li> <li>• Bulles en Duo (20') : Jacuzzi privatif accompagné de Champagne* ou un cocktail de jus de fruits + pause gourmande</li> <li>• Accès libre au spa marin toute la journée</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 massage Thalgo (25')</li> <li>• 1 soin du visage Thalgo (1h) : Fondamental de la Mer pour Elle ou Thalgomen pour Lui</li> <li>• Bulles en Duo (20') : Jacuzzi privatif accompagné de Champagne* ou un cocktail de jus de fruits + pause gourmande.</li> <li>• Accès libre au spa marin toute la journée</li> </ul>		
<b>Parenthèse DUO Bien-être</b>	<b>190€</b>	<b>210€</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 massage signature Thalazur (25')</li> <li>• 1 jacuzzi privatif (15')</li> <li>• Accès libre au spa marin sur la 1/2 journée</li> </ul>					

*\*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





## les massages

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

**Le massage (25')** **75€** **85€**

### Sous fine pluie d'eau de mer

Ce soin d'exception combine tous les bienfaits de l'eau de mer et du massage. Vous êtes allongé sur une table de massage avec la délicieuse sensation de l'eau de mer chaude qui coule en fine pluie sur votre corps pendant que la praticienne vous masse. Ce soin reminéralise, apaise les tensions et procure une intense relaxation.

### Merveille arctique Thalgo

Alternance de chaleur délassante et de fraîcheur vivifiante, booster de la circulation sanguine, il relâche les tensions musculaires, courbatures, contractures.

### Mahana Thalgo

Massage relaxant au monoï de Tahiti, directement inspiré du Lomi-Lomi. Des manœuvres lentes et enveloppantes pour vous procurer une sensation de détente et de relaxation absolue.

### Mer des indes Thalgo

Massage relaxant aux senteurs de santal et de patchouli pour une sensation de bien-être et d'énergie retrouvée.

### Massage femme enceinte

*Entre 3 et 7 mois de grossesse.*

Adapté à chaque étape de votre grossesse, il combine un drainage des jambes à un massage décontractant du dos, des épaules et du cou. Idéal pour éviter les tensions liées à la grossesse, il peut être aussi l'allié privilégié de la jeune maman pour récupérer après son accouchement.

### Massage signature Thalazur

Nos experts Spa praticiens ont conçu ce massage pour permettre à votre esprit de ralentir et à votre corps de se détendre.

### Massage Kiné

Massage relaxant et décontractant ciblant les pieds, jambes, cuisses, dos, épaules et cou. Un savant mélange de manœuvres enveloppantes et de gestes plus profonds, adaptés à vos douleurs et tensions musculaires.

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

**Massage Mar Grana | SIGNATURE ARCAÇON |**  
(1h20) **165€** **175€**

Laissez-vous happer et transporter par ce massage aux longs mouvements rythmés et fluides comme la danse des vagues de l'Atlantique. Stimule la circulation de l'énergie vitale, revitalise le corps et l'esprit, évacue le stress, la fatigue et les tensions pour un réel lâcher-prise.

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place)

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

## les massages du monde

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS
<b>Le massage (50')</b>	<b>118€</b>	<b>128€</b>

### Ayurvédique Abhyanga

#### *Massage dynamique*

Massage Indien traditionnel qui harmonise et rééquilibre. Les manœuvres s'enchainent sur tout le corps sur un rythme soutenu pour un lâcher-prise absolu. Les gestes sont harmonieux et puissants, ils vous bercent, vous englobent pour un moment de relaxation et de détente musculaire.

### Balinais

#### *Massage appuyé*

Massage indonésien tonifiant et relaxant. Ce soin puissant et dynamique, tel une danse balinaise, soulage les tensions et apporte une relaxation totale. Les mouvements combinent des effleurages doux et fluides, pétrissages profonds des muscles, étirements et percussions légères. Ce massage apporte harmonie et équilibre parfait entre corps et esprit.

### Californien

#### *Massage personnalisé*

Massage de détente globale du corps. La détente vient en premier lieu par l'inaction et le relâchement des muscles superficiels pour ensuite permettre le relâchement des muscles profonds.

### Shiatsu

#### *Pressions lentes et appuyées*

Technique japonaise par pressions lentes et appuyées le long des méridiens d'acupuncture. Débloque et rééquilibre l'énergie de votre corps.

### Aux pierres chaudes

Prise en charge holistique de la personne. La chaleur diffusée par les pierres de basalte permet de favoriser l'harmonie énergétique et la décontraction musculaire. Le massage harmonise les systèmes du corps humain afin de favoriser une détente globale.

### Massage signature Thalazur jardin marin

Nos experts Spa praticiens ont conçu ce massage comme un véritable soin où chaque geste et chaque enchaînement a été pensé pour libérer votre corps des tensions et des toxines et permettre à votre esprit de ralentir, de se détendre et de trouver la paix intérieure.

	SEMAINE	WEEK-END & JOURS FÉRIÉS
<b>Le massage en DUO</b>	<b>236€</b>	<b>256€</b>

(TARIFS POUR 2 PERSONNES)

Vivez et partagez un moment de bien-être à deux dans notre cabine duo...

Au choix parmi Ayurvédique, Balinais, Californien ou massage signature Thalazur jardin marin.



# les soins du corps

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIES

**Le soin du dos (45')** **87€** **97€**

Soin traitant et vivifiant.

Un nettoyage profond à l'aide d'un scrubber, un massage accompagné de brosses stimulantes, un masque traitant couplé d'un massage des jambes seront les étapes clés de ce soin.

Votre dos retrouve douceur et est libéré des tensions.

## Rituel cold cream

**marine corps Thalgo (1h)** **109€** **119€**

Soin nourrissant dédié aux peaux sèches.

Composé d'un enveloppement aux actifs marins pour apaiser, relipider et réparer suivi d'un massage ultra cocooning.

Il offre souplesse, douceur et élasticité de la peau. Pour plus d'efficacité, nous vous conseillons de réaliser un gommage du corps avant.

**Le massage gommant (1h15)** **135€** **145€**

Soin exfoliant et relaxant.

Des étirements doux et de réflexologie suivis d'un gommage à la texture onctueuse et sensorielle.

Permet de retrouver une peau douce, tout en offrant au corps une profonde sensation de bien-être.

## Rituel légèreté de la tête

**et des pieds (1h20)** **165€** **175€**

Gommage des pieds, masque, massage crânien, réflexologie plantaire relaxante. Masser les pieds et la tête apaise les tensions, et apporte une détente profonde et immédiate, pour un véritable lâcher-prise.

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place).

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIES

**Head spa (45')** **85€** **95€**

Le Head Spa est un rituel japonais ancestral visant à libérer le corps et l'esprit.

Ce soin complet cible le haut du corps : trapèzes, nuque et cuir chevelu et intègre un rituel aquatique sensoriel. L'utilisation de nos actifs Thalazur jardin marin associés à des manœuvres, profondes et précises, libère en douceur les tensions musculaires.

Ce rituel signature est pensé pour offrir un lâcher-prise immédiat tout en redonnant vigueur et éclat aux cheveux.

## manucurist PARIS

**Beauté des mains (50')** **60€**

Soin traditionnel pour embellir vos mains : démaquillage et mise en forme de l'ongle, gommage et massage pour nourrir et assouplir.

**En complément,  
pose de vernis hybride (20')** **20€**

**Beauté des pieds (1h)** **70€**

Soin des ongles, avec un gommage, un enveloppement et un massage des pieds pour un moment de détente et des ongles redessinés (sans visée médicale).

**Pose de vernis hybride (35')** **45€**

Premier semi-permanent qui se retire comme un vernis. Composé à partir d'ingrédients biosourcés et formulé sans ingrédients toxiques : il n'abîme pas vos ongles et respecte votre santé. Au programme ? Une tenue et une brillance jusqu'à 10 jours et un retrait tout en douceur à l'aide d'un dissolvant doux. *Clean* pour vos ongles, *green* pour la planète et made in France.

**Les beautés des mains et des pieds ainsi que la pose de vernis ne donnent pas accès au Spa marin.**

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





# les rituels spa

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

Le rituel Spa Thalgo (1h30) **170€** **180€**

## Rituel Îles Pacifique

- **Gommage au sable blanc de Bora Bora**, sel marin, coques de coco et huiles végétales.
- **Massage relaxant aux ballotins de sable chaud.** Comme doucement bercé par le mouvement des vagues, ce massage relaxant au monoï de Tahiti, est directement inspiré du Lomi-Lomi. Des manœuvres lentes, enveloppantes et rassurantes se mêlent à la chaleur bienfaisante des ballotins de sable chaud, pour vous procurer une sensation de détente et de relaxation absolue.

## Rituel rééquilibrant Mer des Indes

- **Gommage au gingembre.** Riche en poudre de gingembre, sels et sucres pour exfolier, nourrir et parfumer délicatement votre corps.
- **Massage rééquilibrant.** Inspiré de l'Ayurvêda et de la science des Marmas. Des manœuvres douces et enveloppantes se mêlent à des manœuvres toniques et des étirements, pour vous permettre de retrouver une harmonie corps et esprit.

## Rituel French Riviera

- **Gommage à l'extrait d'Algues Micro-Éclatées.** Granité exfoliant et notes marines qui exfolie et revitalise la peau.
- **Massage revitalisant.** Double massage associant une gestuelle fluide, profonde et enveloppante, inspirée de la mer, à la chaleur d'un galet rappelant les pierres des calanques chauffées par le soleil.



*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*





## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place)

## les rituels visage & corps

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

### Rituel signature Thalgo Thalazur immersion marine (1h)

**NOUVEAU** 120€ 130€

Un voyage sensoriel au cœur de l'univers marin. Dès les premières manœuvres du soin visage, les sons et parfums évoquent la mer. Le corps reste allongé, bercé par des gestes fluides rappelant le mouvement des vagues. Le matelas chauffant diffuse une chaleur douce, comme le sable tiède sous la peau.

Un soin complet et harmonieux qui réunit le visage et le corps dans une même vague de bien-être.

### Soin signature Mon essentiel Thalgo (1h30) 170€ 180€

Ce soin inédit vous offre une pause relaxante et sensorielle, composé de :

- Un soin éclat visage désaltérant
- Un gommage du corps
- Un massage du corps

### Prodige des Océans Thalgo (2h) 215€ 225€

Ce rituel d'exception offre une régénération ultime pour une jeunesse globale et une relaxation profonde. Les bienfaits revitalisants de l'Intelligence Marine régénérative, concentré absolu de 63 principes actifs marins – brevet exclusif THALGO – s'associent à un massage visage, inspiré du Ko Bi Do, technique japonaise ancestrale de lifting manuel, pour lisser visiblement les rides, redonner fermeté et élasticité à la peau. Le massage corps conjugue des manœuvres libératrices de toute tension pour un relâchement total.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin (sauf bilan nutritionnel).  
Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place).

# les soins minceur & détox

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

### Drainage lymphatique (25') 75€ 85€

Un massage doux et précis, effectué sur le ventre, les jambes, les cuisses et/ou les bras, pour relancer la circulation lymphatique. Il favorise l'élimination des toxines et procure une sensation immédiate de légèreté. L'action est renforcée par un gel rafraîchissant et des manœuvres plus profondes stimulant le retour veineux.

### Palper-Rouler

### Massage minceur (25') 75€ 85€

Il permet d'activer la circulation, d'affiner la silhouette, d'éviter la stagnation de la cellulite et de réduire l'aspect peau d'orange. Il associe un massage du ventre stimulant le transit digestif, un massage tonique activant la micro-circulation localisée et des manœuvres de palper-rouler manuel.

### Massage du ventre (25') 75€ 85€

Massage apaisant favorisant le transit intestinal et permettant de libérer les tensions viscérales et musculaires liées à la digestion et au stress, apportant ainsi un relâchement global du corps.

### Bilan nutritionnel personnalisé (45') 45€

Un accompagnement personnalisé avec notre diététicienne pour rééquilibrer votre alimentation selon votre rythme de vie, vos objectifs et vos besoins. Une approche bienveillante pour allier ligne, santé et plaisir.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins.*

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

### Soin Méthode AXO® (1h15) 155€ 165€

Soin manuel du corps qui permet de rééquilibrer l'énergie corporelle. La méthode AXO a été créée par Guillaume Guibordeau pour relancer les systèmes circulatoires (digestif, sanguin, lymphatique, urinaire, immunitaire), ce qui permet d'éliminer les toxines, de réduire les tensions musculaires et les raideurs articulaires. Il tonifie et améliore la texture de la peau, réduit l'anxiété et le stress quotidien et est connu pour améliorer les performances physiques.

### Sauna japonais individuel (30') 60€ 70€

Inspiré des rituels japonais ancestraux, ce sauna aux infrarouges longs permet une sudation profonde, douce et détoxifiante. Il aide à l'élimination des métaux lourds, améliore l'élasticité de la peau, ravive l'éclat du teint et favorise un sommeil réparateur.

### Soin Body Sculpt Thalgo (45') 95€ 105€

Un soin minceur sur-mesure combinant cosmétiques experts et technologie Body Palp (palper-rouler mécanique breveté). Grâce à un peeling exfoliant ou un double enveloppement chaud/froid, il cible jusqu'à 3 zones pour lisser les capitons, affiner et tonifier la silhouette. Zones au choix : ventre & taille, cuisses, culotte de cheval, dos, bras, mollets...

**Renforcez les bienfaits  
de nos soins minceur avec  
les compléments nutritionnels  
Thalgo Nutrition**  
(en vente sur place).



## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place).

## les soins visage

### les soins Thalgo

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

#### Soin fondamental

**de la mer Thalgo (1h) 110€ 120€**  
*peau déshydratée, sèche ou sensible*

La force vitale des Océans concentrée au cœur d'un soin sur-mesure pour répondre aux besoins spécifiques de chaque nature de peau. Produits professionnels signature performants, massage sensoriel et relaxant.

#### ThalgoMen à l'algue bleue

**vitale (1h) 100€ 110€**

Soin profond nettoyant adapté à la peau masculine. Véritable effet bonne mine, votre peau est gommée, massée à l'aide d'un soin fortifiant et antiride. Illumine votre teint grâce à l'application d'un masque adapté à votre peau.

#### Soin spécifique

**Contour des yeux (30') 50€ 60€**

Triple effet antirides, anticernes et antipoches. Action combinée du collagène marin, de la caféine et de l'acide hyaluronique associée à la technologie du Masque de Massage Regard (pressothérapie, acupression et massage vibratoire dynamique).

Seul ou associé à un soin du visage Thalgo ou Payot.

### les soins Payot

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

**La Méthode Payot (30') 75€ 85€**

Massage du visage mythique en 42 mouvements créé par Nadia Payot. Ce soin facialiste combine des techniques expertes de lissage, pétrissage et drainage pour stimuler la peau, activer la circulation et offrir un effet glow immédiat. Résultats : un visage plus tonique, détendu et éclatant de jeunesse.

#### L'Expertise My Payot,

**Éclat & Hydratation (45') 85€ 95€**

Soin illuminateur vitaminé pour les peaux fatiguées ou ternes aux baies d'açaï et de goji. Résultats : peau reposée, lumineuse, effet « bonne mine ».

#### L'Expertise Neo-Sérum

**Longévité & Lumière (45') 95€ 105€**

Soin visage universel immersif à l'extrait breveté de Ginkgo Biloba qui associe des techniques manuelles tonifiantes, drainantes et liftantes. Résultats : peau régénérée, lissée, sublimée, teint unifié et lumineux.

#### L'Expertise N°2,

**Douceur & Apaisement (1h) 120€ 130€**

Soin intensément apaisant spécifique aux peaux sensibles ou réactives qui atténue rougeurs et inconforts. Résultats : peau apaisée, rougeurs diminuées.





## le soin visage enfant

**TOOFRUIT**  
Les soins pour enfants



SOIN VISAGE DE 5 À 12 ANS

### Ma douce frimousse bio (25')\*

55€

Un soin du visage bio pour faire comme les grands ! Ce soin ludique permettra à votre enfant de repartir avec une peau douce et hydratée tout en découvrant le plaisir de prendre soin de soi.

*Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. \*Le Spa Marin n'est pas inclus.*



les soins

# visage anti-âge

## les soins visage anti-âge marin Thalgo

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

### Soin lissant détoxifiant

**Spiruline Boost Thalgo (30')** 75€ 85€

1<sup>er</sup> soin lissant détoxifiant pour lutter efficacement contre les premiers signes de l'âge grâce à un masque frais peel off à base de Spiruline énergisante et de Magnésium marin.

**Soin Hyalu-procollagène (1h)** 115€ 125€

*Rides installées*

Soin ride à ride associant acides hyaluroniques & pro-collagène marin aux Rollers Boosters, pour une efficacité visible immédiate. Instantanément, le visage paraît plus jeune, comme décripé et les rides même installées semblent lissées.

### Soin raffermissant

**Silicium Lift (1h)** 130€ 140€

*Rides et fermeté*

Le soin « triple efficacité » pour un effet rajeunissement immédiat : lisse l'intégralité du visage, comble les rides les plus marquées et lifte l'ovale du visage.

### Rituel d'excellence

**Anti-âge Global (1h30)** 155€ 165€

*Effet lifting naturel*

Soin d'exception qui associe une technique de lifting manuelle incomparable à un complexe d'actifs précieux exclusifs Thalgo.

Exfoliation en profondeur ; double massage Energilift visage, cou et décolleté suivi du massage Relaxation Ultime ; masque de cellulose biologique riche en acide hyaluronique ; gommage et massage des mains. Un rituel d'excellence pour un résultat jeunesse global : les traits du visage sont rehaussés, les rides lissées, les taches estompées.

## les soins visage anti-âge Payot

SEMAINE WEEK-END  
& JOURS FÉRIÉS

### L'Expertise Suprême, Jeunesse

**& Lumière NOUVEAU (1h)** 125€ 135€

Soin hautement régénérant dédié aux peaux matures à l'acide lactique et au complexe intégral de magnolia. Résultats : peau régénérée, redensifiée, visiblement plus jeune.

**+ OPTION BOOSTER** 20€ 20€

**TECHNOLOGIE ZIIP HALO™ (15')**

Stimulation ciblée par nano et micro-courants pour une efficacité renforcée et durable.

### L'expertise Facialiste,

**Lift & Radiance (1h15)** 145€ 155€

Soin manuel puissant resculptant pour les peaux en manque de fermeté aux accessoires de quartz. Résultats : traits redessinés, ovale lifté, peau repulpée et raffermie.

## ACCÈS LIBRE AU SPA MARIN

(piscine, sauna, hammams, jacuzzi, salle de cardio-training) sur la 1/2 journée de votre soin. Peignoir et serviette fournis (sandales obligatoires, en vente sur place).



### Notre conseil

Ne vous baignez pas avant  
ou après votre épilation.  
L'eau (surtout chlorée et salée)  
peut fragiliser ou irriter la peau.

## épilations

Toutes nos épilations sont suivies  
d'une application de sérum apaisant  
et anti-repousse.

• Jambes complètes	42€
• Cuisses	27€
• 1/2 jambes	27€
• 3/4 jambes	32€
• Sourcils, lèvres ou menton	11€
• Aisselles	17€
• Bras	27€
• Maillot classique	17€
• Maillot semi-intégral	22€
• Maillot intégral	27€

### ÉPILATIONS HOMME

• Dos	32€
• Torse	42€
• Épaules	22€

### FORFAITS ÉPILATIONS

• Visage	22€
• 1/2 jambes + maillot classique + aisselles	52€
• 1/2 jambes + maillot semi-intégral + aisselles	57€
• 1/2 jambes + maillot intégral + aisselles	62€
• Jambes complètes + maillot classique + aisselles	67€
• Jambes complètes + maillot semi-intégral + aisselles	72€

*Les épilations ne donnent pas accès au parcours marin.*





## nos abonnements soins

### Soins de thalasso

5 soins	275€
10 soins	530€

### Choix des soins de thalasso :

(descriptif des soins pages 12/13)

- bain de mer hydromassant reminéralisant
- lit hydromassant
- enveloppement d'algues reminéralisantes
- application de boues marines
- douche à jet
- douche oscillante
- pressothérapie avec gel fraîcheur

### Cryothérapie localisée (descriptif page 14)

5 séances	245€
10 séances	460€

(consultation médicale incluse)

### Pulsothérapie (descriptif page 14)

5 séances	290€
10 séances	550€

### Soin Body Sculpt Thalgo (45')

(descriptif page 26)

3 soins	270€
5 soins	425€
10 soins (bilan nutritionnel offert)	800€

### Sauna japonais individuel

(descriptif page 26)

5 séances	275€
10 séances	500€

### Accompagnement naturopathie\*

(descriptif page 14)

1 séance d'1 h	
+ 3 séances de suivi de 40 mn	300€

### Yoga\* (1h15)

10 séances	180€
------------	------

### Reiki\* (descriptif page 14)

4 séances	408€
-----------	------

### Soin du visage anti-âge (30')

5 soins	310€
---------	------

(1 soin La Méthode Payot + 1 soin visage Spiruline Boost + 3 soins visage anti-âge sur mesure)

Les abonnements sont nominatifs et valables 6 mois à partir de la date d'achat afin d'optimiser les bienfaits d'une pratique régulière. \*Spa marin, non inclus.

# THALAZUR

## jardin marin



## Le meilleur des soins dans nos Spas Beauté

### NOTRE GAMME COSMÉTIQUE

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 à minima de 90 % d'ingrédients d'origine naturelle,  
la gamme cosmétique 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.



90%  
D'ORIGINE  
NATURELLE



LA SCIENCE  
DE LA MER POUR  
VOTRE SANTÉ



CERTIFIÉ  
EXCELLENT  
YUKA

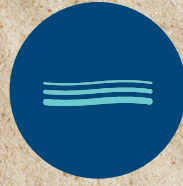


ECO-CONÇU  
ET FABRIQUÉ  
EN FRANCE



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





# IDÉES CADEAUX

Pensez Thalasso, offrez Thalazur



scannez et retrouvez  
tous nos coffrets cadeaux





# THALAZUR

escales bien-être & thalasso



## ARCACHON



### INFORMATIONS

+33 (05) 57 72 06 66 | [arcachon@thalazur.fr](mailto:arcachon@thalazur.fr)

Thalazur Arcachon  
9, avenue du Parc, 33120 ARCACHON

[www.thalazur.fr](http://www.thalazur.fr)

