

La thalasso à Antibes PSYCHOLOGIES

SOINS • MASSAGES • CONFÉRENCE • ATELIERS



Libération Émotionnelle
pour se sentir bien
dans son corps et dans sa tête

Réservée aux lecteurs de psychologies

NOUVEAU
PROGRAMME
AUTOMNE

2024

Du 17 au 24 mars
Du 28 avril au 4 mai

Thalasso à Antibes psychologies



Libérez-vous émotionnellement.

Ce programme associe le meilleur de la thalassothérapie (bains de mer hydromassants, enveloppements, gommage, lits hydromassants...) et des soins de détente et bien-être (massage Ayurvéda, Kobido, Aroma) pour se sentir bien dans son corps et dans sa tête.

Ces soins s'accompagnent de séances pratiques, d'ateliers et d'une conférence notamment sur l'art thérapie afin de vous aider à vous libérer de vos émotions. Et pour que votre semaine soit la plus complète possible, vous bénéficiez d'un accès libre et illimité au spa marin et à l'espace fitness.

Vous serez les seuls au centre à profiter de ce programme exclusif en pension complète. Au total, ce sont 21 soins et ateliers qui vous sont proposés à un tarif exceptionnel, négocié exclusivement pour les lecteurs de Psychologies, puisque vous pouvez bénéficier de 50% de réduction.

N'hésitez plus et venez profiter d'une semaine pour retrouver bien-être & vitalité avec Psychologies !



L'eau de mer, l'élément préféré de votre corps

104 minéraux et oligoéléments, c'est ce que l'eau de mer possède en commun avec l'organisme humain et le plasma sanguin. Ces éléments sont indispensables à la vie et à un bon équilibre. Dès que l'eau de mer est chauffée aux environs de 36°C, notre corps va puiser en elle ces oligoéléments et sels minéraux dont il est en carence, c'est l'effet d'osmose, secret de l'efficacité des soins de thalasso. 11 à 12 minutes d'immersion suffisent pour que les ions négatifs de l'eau de mer, incroyables « rechargeurs de batterie », pénètrent la barrière de notre épiderme et régénèrent nos organes. À nous, énergie et vitalité !



Thalazur Antibes®****

Destination soleil par excellence, Thalazur Antibes**** jouit d'une situation de rêve en plein cœur de la French Riviera, d'un décor magique et authentique et d'un climat exceptionnel.

- **L'espace marin** se compose de deux bassins intérieurs d'eau de mer chauffée : le premier équipé de jets sous-marins dédiés aux soins et l'autre de cols de cygne, sièges bouillonnants et jets sous-marins. Ils sont accompagnés d'un jacuzzi, un sauna, un hammam et des piscines extérieures pour parfaire votre détente.
- **Le restaurant l'Angélus** dispose d'une grande et belle terrasse avec une vue à couper le souffle sur la Baie des Anges. Notre chef vous fait partager une cuisine élégante et savoureuse articulée autour de produits régionaux rigoureusement sélectionnés auprès de producteurs locaux.
- **Thalazur Antibes****** propose des chambres spacieuses avec vue sur mer, citadine ou sur l'arrière-pays.



Se rendre au Thalazur Antibes®****

En voiture : Environ 2h20 depuis Marseille, 4h30 depuis Lyon.

En train : 5h30 en TGV de Paris à la gare d'Antibes. Transfert à l'hôtel inclus sur certains horaires (nous consulter).

En avion : Environ 1h de vol depuis Paris, Nantes, Lyon ou Genève, arrivée à l'aéroport de Nice (à 20 km). Transfert nominatif payant de l'aéroport à l'hôtel par taxi organisé par la thalasso sur réservation

9 Soins thalasso

Chaque jour de la semaine, vous bénéficiez du meilleur de la thalasso en tout inclus. Chaque soin a été sélectionné pour favoriser la relaxation, le bien-être et mieux appréhender vos émotions.



● 1 gommage du corps à sec ou sous fine pluie d'eau de mer NOUVEAU

Gommage relaxant et effectué à sec ou sous fine pluie d'eau de mer. Pour une peau soyeuse et rayonnante. (15 minutes)

● 2 bains de mer hydromassants

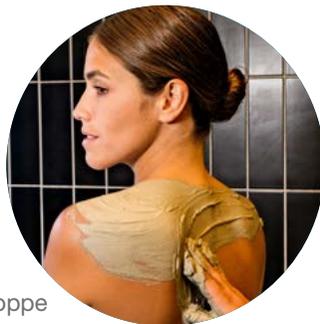
L'un aux cristaux du lagon et l'autre aux cristaux d'agrumes pour vous procurer une relaxation musculaire profonde. (15 minutes chacun)

● 1 Enveloppement d'algues aux 3 thés

Cet enveloppement allie les propriétés antioxydantes des trois thés (noir, blanc, vert) aux vertus reminéralisantes des algues. (20 minutes)

● 1 Enveloppement d'algues detox

Il s'agit d'un nouvel enveloppement d'algues detox : Cet enveloppement corporel aux actifs végétaux uniques offre un véritable moment de pureté active, cette cire onctueuse enveloppe le corps tout entier dans un cocon détoxifiant. (20 minutes)



● 1 application de boues marines NOUVEAU

Issues des sédiments marins, les boues marines s'appliquent chaudes localement sur le dos et les articulations. Elles ont une action antalgique et antirhumatismale. (20 minutes)



● 2 lits hydromassants NOUVEAU

Sur un matelas, allongé sur le dos, réalisation d'un modelage mécanique effectué par des pierres de jade chauffées. (15 minutes)

● 1 Douche océane NOUVEAU

Soin d'hydromassage complet du corps associant manœuvres drainantes et relaxantes pour une action à visée circulatoire et pour permettre un relâchement des tensions musculaires. (15 minutes)

4 massages

● 1 massage sous fine pluie d'eau de mer

Ce massage s'effectue allongé sur le ventre, sous une fine pluie d'eau de mer chaude riche en actifs marins. Réalisé par un(e) hydrothérapeute, il vous délestera de vos tensions et vous procurera bien-être et relaxation. (15 minutes)



● 1 massage Ayurvédique Marma by Thalgo

Massage rééquilibrant. Délassez-vous le temps d'un modelage inspiré de l'Ayurvéda 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. (50 minutes)



● 1 massage Aroma NOUVEAU

Les bienfaits des huiles essentielles que vous choisissez sont associés à un massage fait de longs mouvements lents et fluides ou plus rapides et toniques selon vos besoins et vos envies. Tout au long de l'année, les huiles essentielles utilisées en soins sont en adéquation avec les rythmes de la saison. (25 minutes)

● 1 massage Kobido RELAXANT NOUVEAU

Au XVI^e siècle, ce rituel de soin japonais était exclusivement réservé à la famille impériale. Véritable soin de beauté anti-âge, ce lifting manuel enchaîne un ensemble de gestes précis et doux, principalement sur le visage mais aussi le cou, la nuque et les épaules. Des points d'acupuncture sont stimulés, les tissus détoxifiés et tonifiés ; beauté, santé et détente se rejoignent. (50 minutes)

7 Séances pratiques & ateliers

● 1 atelier «Sonothérapie» NOUVEAU

La sonothérapie est une thérapie qui fait intervenir le son et les vibrations. A l'aide de plusieurs instruments, elle vient soulager de nombreux maux. (45 minutes)

● 1 atelier «Art Thérapie» NOUVEAU

Il s'agit d'une démarche d'accompagnement psychologique d'une personne ou d'un groupe dans l'expression de soi, de ses pensées, de ses émotions et ses conflits dans un processus de création d'images.. (45 minutes)



● 1 séance d'aquabiking NOUVEAU

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. (30 minutes)

● 1 Séance aquatique de jets sous-marins

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. (25 minutes)

● 1 séance aquatique de «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. (25 minutes)

● 2 séances de «pilates»

Technique basée sur les principes de la concentration, la respiration, la coordination et le contrôle par la conscience (neuro controlologie). Les exercices proposés sont accessibles à tous, basés sur une technique douce et adaptée à chaque participant. (45 minutes)

Conférence psychologies



Conférence l'art thérapie

L'Art Thérapie est une forme d'accompagnement thérapeutique par le biais d'une création artistique. Il aide les personnes en souffrance au sens large du terme. Quand il est difficile d'exprimer des mots et des maux, l'art thérapie aide à faire sortir de soi les émotions profondément enfouies. Quand on crée spontanément sans réfléchir il surgit dans sa création des mots, des dessins plus parlant pour nous. Il révèle au grand jour ce que l'on a au fond de soi et nous aide à avancer et à mieux nous comprendre nous-même. On a tous dessiné dans notre enfance et d'ailleurs on a pu constater que les dessins d'enfants sont très révélateurs des épreuves ou difficultés rencontrées. Donc on peut dire que notre enfant intérieur se libère afin de retrouver la joie et la paix intérieure.

La conférence sera animée par Valérie Dessaige

Une cure sur mesure réservée aux lecteurs de Psychologies

Chambres & tarifs

Toutes les chambres sont spacieuses (environ 25 m²), confortables avec une salle de douche ou de bain et les équipements suivants: balcon, écran plat, plateau de courtoisie, coffre-fort, mini-bar et wifi gratuit. Des claquettes vous seront également offertes à l'Espace marin. Peignoir et serviette fournis.



Chambre Citadine

25 m² avec douche ou baignoire.
Vue sur les piscines et les collines environnantes.

Chambre Latérale mer

25 m² avec baignoire.
Vue citadine.

Chambre ou Suite Vue mer

de 25 à 42 m² avec douche ou baignoire.
Vue Baie des Anges.

Prix par personne en chambre double	Du 17 au 23 Mars 2024 OU du 28 Avril au 4 Mai 2024		
	Prix spécial Psychologies	-10%*	-15%**
Chambre Citadine	1.653 € au lieu de 2.812€	1.488 €	1.405 €
Chambre Latérale Mer	1.707 € au lieu de 2.908€	1.536 €	1.451€
Chambre Vue Mer	1.767 € au lieu de 3.016€	1.590 €	1.502 €
Suite Vue Mer	1.827 € au lieu de 3.172€	1.644 €	1.553 €

Supplément "chambre individuelle" : + 252 €, quelle que soit la catégorie choisie.
Accompagnant non curiste : nous consulter pour les tarifs.

Meilleur tarif : 1.405€ au lieu 2812€. Bénéficiez d'une remise allant jusqu'à 54% sur le prix à la carte en réservant une chambre Citadine en occupation 2 personnes 2 mois avant la date choisie

Sont compris :

- 6 nuits en hôtel 4****
- Pension complète du dîner jour 1 au petit-déjeuner jour 7
- 5 jours de soins
- Transfert gare SNCF d'Antibes au centre de thalassothérapie (sur réservation).

Programme de soins «Libération Émotionnelle»
sur mesure PSYCHOLOGIES tout inclus :

- 9 soins de thalassothérapie
- 4 massages : 1 de 15 minutes, 1 de 25 minutes et 2 de 50 minutes
- 3 séances aquatiques : 1 de jets sous-marins, 1 de Vitalité Marine et 1 Aquabiking
- 2 séances de Pilates
- 1 atelier «Sonothérapie»
- 1 atelier «Art thérapie»
- 1 conférence
- + Accès gratuit, libre et illimité au Spa Marin avec hammam, sauna, jacuzzi, piscines d'eau de mer.

À titre indicatif, les prix à la carte des soins ci-dessus : 1 404 €

Ne sont pas compris :

- Le trajet aller/retour pour Antibes
- Les boissons pendant les repas
- Les soins payants en dehors du programme « Psychologies »
- L'assurance annulation non obligatoire auprès de Gritchen Affinity.

Le dossier de souscription est fait par le centre à votre demande.

Conditions générales de vente : Toute réservation est conditionnée par le versement d'arrhes : 50% à la réservation. Le solde sera à régler 30 jours avant l'arrivée. Pour toute annulation intervenant moins de 14 jours avant le début du séjour, la totalité des arrhes est conservée. Si vous avez souscrit une assurance annulation auprès de Gritchen Affinity, vous pourrez obtenir le remboursement partiel ou total selon le contrat souscrit.

Offre Privilage

**** -15%**

de réduction supplémentaire
si vous réservez
au moins 2 mois à l'avance !

*** -10%**

de réduction supplémentaire
si vous réservez
au moins 1 mois à l'avance !

Information & réservation

Tél. : 01 48 88 89 90

inforeservation@thalazur.fr
Thalazur Antibes
Thalasso Psychologies
45, rue Jean Jaurès
92300 Levallois-Perret