

PSYCHOLOGIES

SÉJOURS

THALASSO

# Rebooster votre organisme à Dinard

**UN PROGRAMME EXCLUSIF DANS  
UN NOUVEAU LIEU D'EXCEPTION !**

**Réservé à nos lecteurs**

Psychologies Magazine en partenariat avec Emeria Dinard, vous présentent leur nouvelle thalasso spécialement conçue pour aider votre organisme à retrouver toute son énergie. Le tout dans un cadre idyllique à **Dinard**. Ce programme composé de soins de thalasso, de modelages, de séances pratiques et d'une conférence, embarquez pour une parenthèse ressourçante et revitalisante.

**Renseignez-vous vite !**

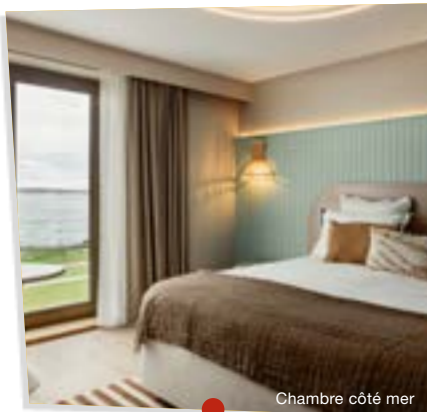
En  
partenariat  
avec

EMERIA

# Votre hôtel 4\*\*\*\* Emeria à Dinard

## ● Votre havre de paix

**Découvrez l'Emeria DINARD, Hôtel 4\* Thalasso & Spa,** un lieu de vie en mouvement, qui vous plonge dans l'art de vivre marin et solaire dans la région. Situé face à l'île de Cézembre aux portes de Saint Malo, Emeria Dinard vous offre un cadre exceptionnel, une expérience authentique et immersive où confort et élégance se rencontrent.



Chambre côté mer

**Les chambres** de l'hôtel sont lumineuses et spacieuses. Elles sont équipées d'une TV écran plat, Wi-fi gratuit, mini-bar, coffre-fort...

### La restauration.

Le restaurant Osens offre une vue imprenable sur la mer. Le bien-être a du goût ! Le menu et la carte réunissent équilibre et gourmandise, fraîcheur, variété, authenticité, saveurs iodées.



## ● L'espace forme

BAIGNÉ DE LUMIÈRE NATURELLE,  
IL SE COMPOSE DE 3 PARTIES.



### L'Espace Aquatique :

Parcours marin intérieur avec jets massants, sièges à bulles, aquabeds, cols de cygnes, geysers, couloir de marche à contre-courant et un bassin extérieur.



### L'Espace Sensoriel :

Sauna, hammam et bassin d'eau froide



### Le Studio Sport :

Salle de cardio training équipée des appareils Matrix Fitness (tapis de marche, rameurs, functional trainer (multi station sport), vélos assis, couchés ...



# ● Votre programme "Rebooster votre organisme"

## VOS SOINS THALASSOS :

### ● 2 bains hydromassants aux algues (17 minutes)

Une multitude de bulles d'air et de jets d'eau de mer chauffée massent votre corps pour une **action décontracturante, relaxante et revitalisante**. Il peut être additionné d'algues laminaires ou algues rouge & hibiscus ou spiruline.

### ● 1 douche à jet (10 minutes)

Jet à pression variable qui stimule la circulation. **La douche au jet** est un soin très **tonique** qui agit sur les **tensions musculaires et surcharges localisées**, il a une **action décontracturante et relaxante**.

### ● 1 hydrorelax (15 minutes)

Massage mécanique sur un matelas souple et chaud sous lequel des jets d'eau détendent le dos et l'arrière des jambes.

### ● 1 séance de pressodynamie (20 minutes)

Massage mécanique des membres inférieurs et du ventre permettant la **dynamisation des flux lymphatiques et veineux** pour une relance naturelle et fonctionnelle du métabolisme.

### ● 1 pluie marine (15 minutes)

Allongé sur le ventre, **une douce pluie d'eau de mer chaude** vous parcourt l'arrière du corps, diffusée par de multiples jets fins. Ce soin agit comme un **massage apaisant et relaxant**.

### ● 3 enveloppements :

Sur un lit flottant et chauffant, notre hydrothérapeute procède à l'application d'un enveloppement. **La chaleur induit une vasodilatation des pores**, ce qui facilite l'absorption des actifs. En position d'apesanteur, le corps se relâche, **les tensions musculaires s'apaisent et une profonde sensation de détente s'installe**.

#### ➤ 2 enveloppements laminaires (20 minutes)

Un apport idéal en sels minéraux et oligo-éléments pour revitaliser l'organisme

#### ➤ 1 enveloppement à l'hibiscus hydratant (20 minutes)

Délicatesse olfactive pour cet enveloppement aux extraits de fleurs d'hibiscus



## VOS MODELAGES :



### ● 1 modelage Zen (25 minutes)

Modelage du dos et de l'arrière des jambes

### ● 1 modelage visage (25 minutes)

Massage délicat du visage associant bien-être et relaxation.



### ● 1 modelage jambes drainant (25 minutes)

Modelage drainant de l'arrière et de l'avant des jambes.

## VOS SÉANCES PRATIQUES & CONFÉRENCE :



### ● 1 atelier "Mieux être global au quotidien" by Olisma (25 minutes)

Comment (re) devenir acteur ou actrice de sa santé ? Un retour à soi, avec OLISMA, une prise en charge globale.

### ● 2 activités en bassin d'eau de mer chaude (25 minutes)

Séance coachée en groupe dans un bassin d'eau de mer chaude définis par nos soins.

### ● 1 conférence "Les bienfaits de la thalasso et les recommandations en nutrition" par notre diététicienne Catherine (45 minutes)

Présentation des fondamentaux de la thalassothérapie associée à un temps d'échange avec notre diététicienne sur la nutrition et les oligo éléments essentiels à notre vitalité.

### Le + Psychologies :

Un Rituel Vitalité OLISMA : compléments alimentaires multi-énergie OLISMA pour 7 jours et une huile corporelle Energie par personne curiste



## Comment réserver ?

Le nombre de places est limité à **12** !

### 1 JE CHOISIS LA DATE :

Prix 2026	
Du 7 au 12 juin 2026	
Du 20 au 25 septembre 2026	
Du 4 au 9 octobre 2026	

Prix (par pers.) en chambre double Cottage	<b>1595€</b>
Prix en chambre individuelle Cottage	<b>2085€</b>
Supplément (par chambre) côté mer	<b>250 €</b>
Prix (par pers.) accompagnant non curiste	<b>1092€</b>

### CE QUI EST COMPRIS :

- 5 nuits en chambre cottage
- Pension complète au Restaurant Osens (5 petits-déjeuners, 5 déjeuners, 5 diners) du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 6 (boissons non incluses).
- Le cocktail de bienvenue
- La cure complète "Rebooster votre organisme"

### Accès libre à l'Espace Forme de 8h à 20h

- Espace aquatique avec un parcours marin intérieur et extérieur et bassin d'activités
- Espace Sensoriel avec sauna, hammam et bassin d'eau froide
- Studio Sport

### CE QUI N'EST PAS COMPRIS :

- Les boissons (y compris pendant les repas - hors cartes spéciales si applicable).
- Les acheminements/trajets.
- Les dépenses personnelles.
- L'assurance annulation/bagages et la taxe de séjour.

### 2 COMMENT S'Y RENDRE ?

- **En voiture** : 4h30 depuis Paris.
- **En train** : Paris jusqu'à Saint-Malo ou Rennes en TGV.
- **En avion** : Paris-Rennes 1h15

Les transferts en taxi (Gare ou Aéroports) sont payants et sur réservation.

### Modalités de réservation :

Réservation faite individuellement par les clients auprès du service réservation. 30% d'arrhes demandés au moment de la réservation Solde + extras+ taxe de séjour + parking au moment du départ.

### Conditions annulations :

- **+ 21 jours avant l'arrivée** : facturation des frais de dossier à hauteur de 50 €/pers.
- **De J-21 à J-8 avant l'arrivée** : facturation de 50% du montant total TTC des prestations réservées.
- **De J-7 à J-3 avant l'arrivée** : facturation de 75% du montant total TTC des prestations réservées.
- **De J-2 à J avant l'arrivée** : facturation du séjour à 100%

### 3 INFORMATION & RÉSERVATION



**01 46 48 47 33**

Du lundi au vendredi de 9h à 19h, du samedi de 9h à 18h30, dimanche de 9h à 17h30



**Hôtel Emeria Dinard**

1 Avenue du Château Hébert  
35800 Dinard



**voyages@reworldmedia.com**

ou

**partenaires@emeriadinard.com**



Ce séjour est organisé par HOTEL LA FALAISE DINARD, S.A.S.U. au capital de 1.750.000 €  
1 Avenue du Château Hébert - 35800 DINARD.

Votre magazine est une publication du groupe Reworld Media Magazines. Siège Social : 40 Avenue Aristide Briand - 92220 Bagneux. Crédits photos : @Shutterstock, ©2PIXELSPHOTOS, Adrien OZOUF

