

Les escales 1/2 journées

Les rituels marins

Escale Évasion Marine	Bain au choix*, cours de jets en piscine, douche sous pluie marine, fangothérapie ou soin cryotonic	2h-105€
Escale Jambes Légères	Bain au choix*, pressothérapie, cryothérapie, modelage circulatoire	2h-128€
Escale Forme & Bien-Être	Bain au choix*, hydrojet, enveloppement d'algues laminaires, modelage Signature	2h-132€
Escale Anti-Douleur	Bain au choix*, rééducation en piscine avec le kiné, massage kiné ou séance d'ostéopathie, fangothérapie	2h-135€
Escale à Trestraou	NOUVEAU ! Bain au choix*, enveloppement d'algues laminaires, soin visage « éclat Marin », modelage sous pluie marine	2h-148€
Escale Minceur	Peeling (corps), enveloppement d'algues fucus, douche à jet, cellulift ou watermass	2h-150€
Escale Les 7 Îles	Profitez de 2 après-midi ou matinées pour faire une pause et vous ressourcer avec : Un soin visage « éclat Marin », un bain au choix*, un hydrojet, un modelage Signature (20' * ou 50' * *), une douche sous pluie marine, un enveloppement d'algues laminaires et une fangothérapie	220€* 270€**
Escale Complice	Évasion en duo : 2 Bains au choix*, 2 modelages indocéane	1h30-225€
Escale Optim'Âge	NOUVEAU ! Bain au choix*, soin du visage anti-âge, enveloppement d'algues laminaires	2h-128€

* bain d'algues ou hydromassant

Les rituels autour du monde

Escale Impériale	Bain hydromassant, modelage énergétique chinois, enveloppement d'algues laminaires	2h-148€
Escale Indocéane	Bain lacté, modelage indocéane, lit de flottaison	2h-144€
Escale Esprit Polynésie	Peeling gourmand (corps), bain lagon, modelage mahana	2h-154€
Escale Tropicale	Peeling (corps), enveloppement Sérénité intense, modelage aux pierres chaudes	2h-154€

L'hydrothérapie

Bain Hydromassant aux Huiles Essentielles	Bain délassant d'eau de mer chauffée à 37° qui stimule la circulation sanguine et reminéralise intensément	20'-33€
Bain d'Algues	Bain bouillonnant d'eau de mer enrichi en algues laminaires qui apaisent et rechargent l'organisme en oligo-éléments	20'-33€
Douche sous Pluie Marine	Pluie d'eau de mer chaude relaxante et reminéralisante	12'-33€
Fangothérapie	Cataplasmes de boues marines appliqués sur les contractures musculaires et les zones douloureuses	20'-33€
Cryothérapie (Soin Cryotonic)	Les jambes sont enveloppées d'une lotion réfrigérante aux vertus drainantes et veinotoniques	20'-33€
Hydrojet	Allongé sur le dos, sur un matelas souple et chaud, deux jets d'eau chaude vous dispensent un massage relaxant	20'-33€
Lit de Flottaison Thermo Spa	Vivez une expérience sensorielle unique ! : un matelas d'eau chaude vous porte en apesanteur, les jets accompagnés d'une musique douce dénouent les tensions et permettent une relaxation profonde	20'-33€
Douche à Jet	L'hydrothérapeute réalise un massage tonique avec un jet à pression variable. Traitement des tensions musculaires, des surcharges pondérales et amélioration de la circulation sanguine	10'-33€
Hydromassage	Jet d'eau de mer chaude parcourant le corps pour apaiser les tensions musculaires et soulager les articulations	20'-47€
Modelage sous Pluie Marine	Alliance d'une fine pluie d'eau de mer et d'un modelage doux de l'arrière du corps	20'-50€
Cours collectifs	Aquagym ou jets en piscine	20'-20€
Entrée piscine	Piscine d'eau de mer chauffée à 32° + hammam	15€

Les modelages apaisants

Modelage Signature	Modelage relaxant sur mesure exclusif aux thermes marins	20'-45€ 50'-92€
Modelage Circulatoire	Modelage drainant des jambes	20'-45€
Modelage Shirogriva	Modelage « tête légère » localisé sur le visage et le crâne. Élimine les tensions, décripe les traits du visage et efface les traces de fatigue	25'-50€ 50'-92€
Modelage Abhyanga	NOUVEAU ! Souverain contre la fatigue générale et l'agitation du mental, favorise l'apaisement du corps et améliore le sommeil	50'-92€
Modelage Californien	Mouvements doux et enveloppants qui permettent une profonde relaxation physique et psychique	50'-92€
Modelage aux Coquillages	NOUVEAU ! Plénitude extrême grâce à la tiédeur des coquillages pour un moment intensément délassant	50'-95€
Modelage aux Pierres Chaudes	Soin décontractant, réalisé avec des galets volcaniques chauds. Ce soin apaise le corps et libère l'esprit	50'-92€

Les modelages équilibrants

Réflexologie Plantaire	Stimulation des zones réflexes du corps Réflexologie plantaire + Shirogriva	25'-50€ 50'-92€
Modelage Mahana	Modelage polynésien, lent et puissant aux senteurs de Tiaré. Des ballotins de sable chaud vous relaxent les muscles en profondeur	50'-92€
Modelage Indocéane	Un rituel de massage ayurvédique associé à un modelage crânien qui permet une décontraction profonde et un sommeil plus reposant	50'-92€
Modelage Énergétique Chinois	Longues pressions glissées des pouces le long des méridiens. Une énergie nouvelle se diffuse agréablement	50'-92€
Modelage Complice	Partagez un moment privilégié de détente à deux dans le même cocoon.	50'-185€
Modelage 4 Mains	Une expérience unique : Deux praticiennes effectuent de façon synchronisée des manœuvres profondes et relaxantes sur l'ensemble du corps.	25'-90€

Les modelages énergisants

Modelage Ayurvédique	Modelage apaisant et tonifiant grâce à ses différents rythmes : percussions, frictions, digitopressions	50'-92€
Modelage Balinais	Pressions toniques et dynamisantes. Agit en profondeur sur la décontraction musculaire, le système nerveux, circulatoire et digestif	50'-92€
Modelage Suédois	Modelage dynamique qui permet l'élimination des toxines et l'assouplissement des muscles	50'-92€

Les soins du visage

Eclat marin	Soin coup d'éclat adapté aux différents types de peau	25'-45€
Fondamental de la mer	4 soins reminéralisants, qui répondent aux besoins essentiels de la peau. • Soin Hydra ressourçant : véritable concentré d'hydratation • Soin Douceur océane : hydrate et apaise les peaux sensibilisées • Pureté marine : hydrate, rééquilibre et purifie les peaux à tendance grasses • Homme Océan : hydratant, équilibrant, anti fatigue	50'-72€
Optim'Age	3 soins anti-âge qui s'adaptent aux signes du temps • Soin lisseur collagène : complice des premiers signes de l'âge • Soin combleur hyaluronique : expert correction rides • Soin Silicium lift : soin global excellence anti-âge	50'-82€

Les soins du corps

Les gommages

Peeling Pureté aux 3 sels	Sels du monde et 6 huiles essentielles relaxantes	20'-45€
Peeling gourmand Polynésie	Energisant au sucre roux enrobé d'huiles nourrissantes	
Peeling d'Orient	Doux, aux sels fins enrobés d'huiles pour un grand confort	

Les enveloppements

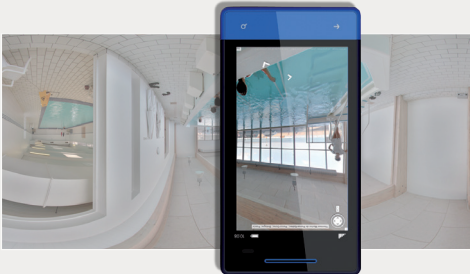
Aux algues laminaires * / **	Pour détoxiner votre organisme et le recharger en éléments reminéralisants essentiels	* 20'-40€ ** 30'-50€
Aux Algues Fucus **	Pour retrouver une silhouette harmonieuse, tonique et raffermie	
Sérénité Intense*	Cocoon de bien-être aux extraits relaxants de tilleul et de millepertuis	

Minceur

Pressothérapie	Massage mécanique par pressions et décompressions drainantes qui s'enchaînent en douceur. + Cryothérapie	20'-33€ 20'-50€
Watermass	Massage à la fois souple et puissant qui associe les effets actifs du palper rouler à une pure détente du corps grâce à l'affusion d'eau de mer chaude Abonnement 10 séances	20'-50€ 450€
Thalgo Cellulift Pro	Technique de palper rouler mécanique pour traiter la cellulite Abonnement 10 séances	25'-50€ 450€
Minceur Expert	Modelage manuel amincissant et drainant	50'-92€
Drainage Lymphatique Corps Manuel	Modelage du corps par pressions douces pour accélérer la circulation de retour et favoriser ainsi l'élimination des toxines + visage	1h-95€ 1h20-125€

Duo des sables

	Enveloppement au choix + modelage Signature	45'-80€
	Enveloppement Sérénité intense + modelage Shirogriva	1h-85€
	Peeling au choix + modelage Indocéane	1h-92€



Flashiez moi !
pour découvrir la visite virtuelle 360° des
Thermes Marins de Perros-Guirec dans
google Maps
ou sur
<http://goo.gl/WZ0Z95>

- Boutique produits Thalgo
- Bons cadeaux personnalisés
- Abonnement aquagym
Nos plus
arrhes seront retenues.

Conditions générales de vente
Pour les soins à la carte, un dépôt d'arrhes correspondant à 50 % du montant des soins vous sera demandé. En cas de non présentation ou d'annulation survenant moins de 48h avant la date des soins, ces arrhes seront retenues.

Tous les soins sont réservés aux personnes âgées de plus de 16 ans. Il est interdit de fumer dans le centre et les téléphones portables doivent être laissés au vestiaire.

Prévoyez 2 maillots de bain (slip de bain pour les hommes) et 1 paire de sandales pour circuler dans le centre (obligatoire). Les peignoirs et les serviettes sont fournis.

Pour le bon déroulement des soins, il vous sera demandé de vous présenter ¼ heure avant le premier soin, une arrivée tardive ne pourra pas entraîner une prolongation des soins.

En complément d'un ou plusieurs soins, vous avez accès au hammam et aux piscines d'eau de mer chauffée :
de 11h à 12h30 ou de 15h30 à 17h45 du lundi au samedi matin et de 14h00 à 17h45 le samedi après-midi

SOINS À LA CARTE 2016



THERMES
marins
PERROS-GUIREC
ПЕРРОС-ГУИРЕК
THERMES
MARINS

Centre de Thalasso thérapie
Boulevard Joseph Le Bihan
22 700 Perros-Guirec
Tél. 02 96 23 28 97
mail : thermes-marins@orange.fr
www.thermesmarins-perros.com

MON RENDEZ VOUS :