



Carte des **SOINS**

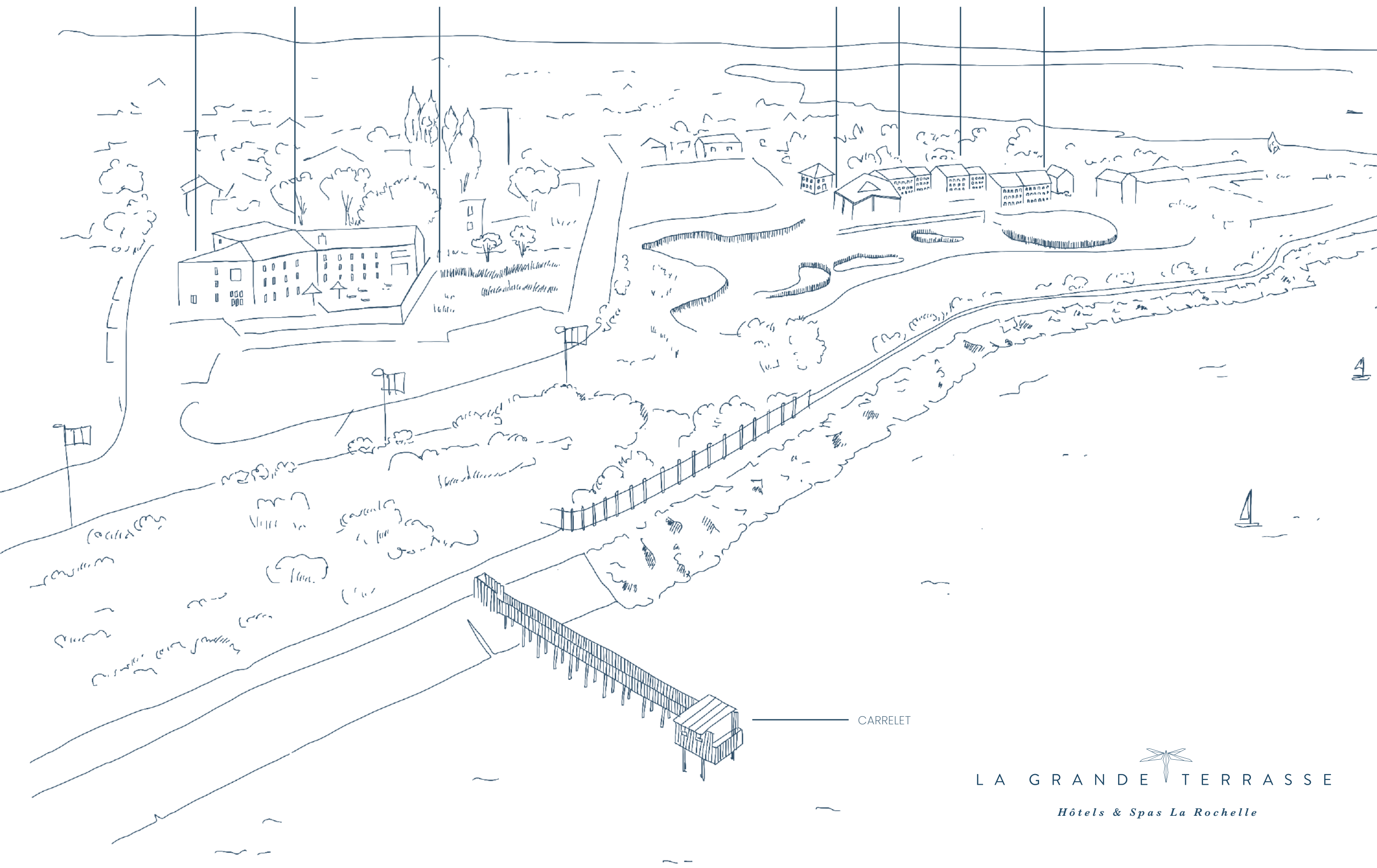
CATALOGUE 2026

IBIS STYLES

Restaurant
LE PERTUIS

THALASSO
SPA MARIN

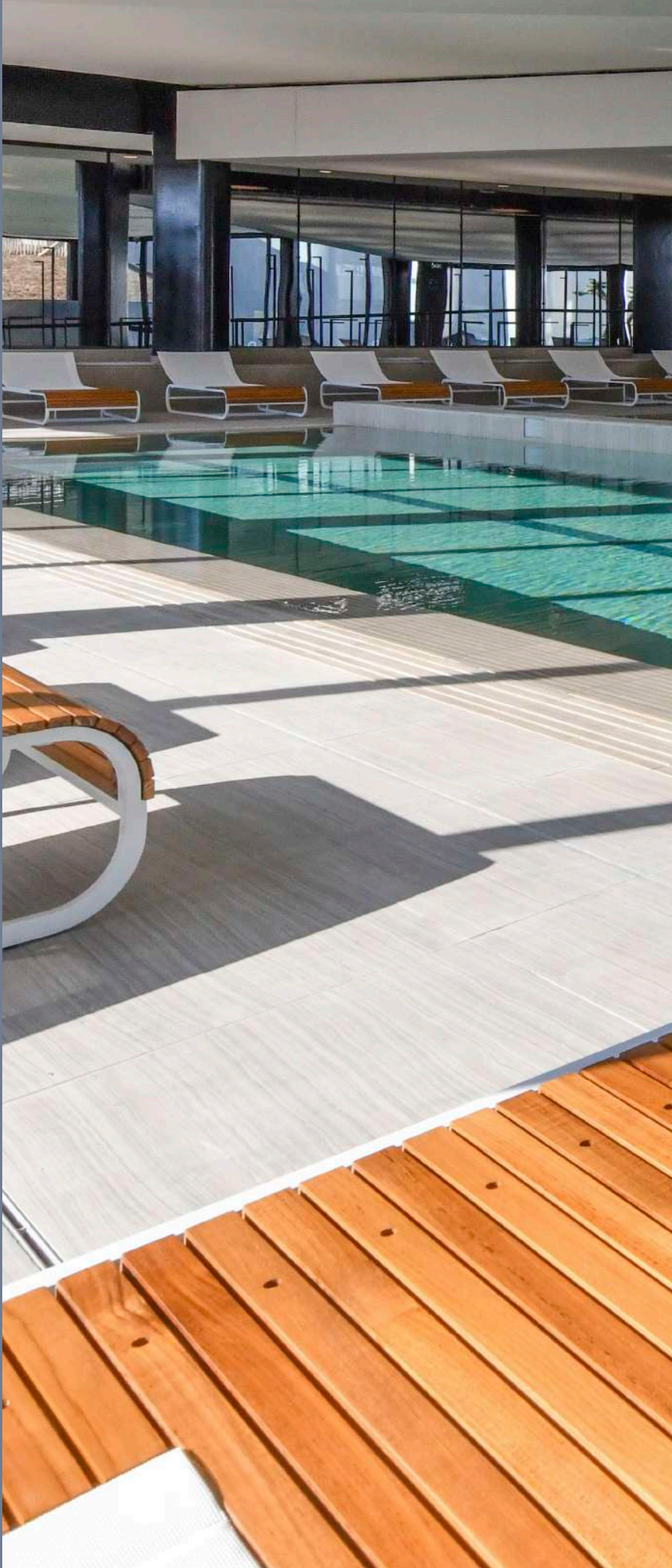
MGALLERY Restaurants
GAYA LE BISTROT SPA NUXE



CARRELET

LA GRANDE TERRASSE

Hôtels & Spas La Rochelle



SOMMAIRE

THALASSO SPA MARIN

LA THALASSO

08

Parcours Marin

Bassins d'eau de mer, jacuzzis,
hammams, sauna

10

Soins marins

Découvrez nos soins marins

12

Forfaits demi-journée en solo ou en duo

Les Best-Sellers
Les 1/2 journées 1 à 3 soins
Les 1/2 journées en duo
Les soins marins ciblés
Les journées Thalasso & Spa

LE SPA MARIN

18

Spa Marin – Phytomer

Découvrez nos soins à la carte

22

Soins du visage et Massages corps

Soins visage
Personnalisez votre soin visage
Massages radieux du visage
Massages Bien-Être
Soins Minceur
Prendre soin de sa Peau

32

Soins spécifiques

Sérénité Future Maman
Soins au masculin
Soins adolescent
Soins Spécifiques

38

Calendrier tarifaire

Retrouvez nos tarifs

39

Offrez une carte Cadeau

Offrez un moment
à La Grande Terrasse

LES AUTRES PLAISIRS DE LA GRANDE TERRASSE

42

Club Forme & Wellness

Se retrouver, se dépasser,
s'oxygéner avec un coach

43

Salon de coiffure

Intégré à la
Thalasso-Spa Marin

Sommaire cliquable : Cliquez pour accéder directement aux sections.

THALASSO SPA MARIN

LA THALASSO

08

Parcours Marin

Bassins d'eau de mer, jacuzzis,
hammams, sauna

10

Soins marins

Découvrez nos soins marins

12

Forfaits demi-journée en solo ou en duo

Les Best-Sellers

Les 1/2 journées 1 à 3 soins

Les 1/2 journées en duo

Les soins marins ciblés

Les journées Thalasso & Spa

LE SPA MARIN

18

Spa Marin – Phytomer

Découvrez nos soins à la carte

22

Soins du visage et Massages corps

Soins visage

Personnalisez votre soin visage

Massages radieux du visage

Massages Bien-Être

Soins Minceur

Prendre soin de sa Peau

32

Soins spécifiques

Sérénité Future Maman

Soins au masculin

Soins adolescent

Soins Spécifiques

38

Calendrier tarifaire

Retrouvez nos tarifs

39

Offrez une carte Cadeau

Offrez un moment à La Grande Terrasse



PARCOURS MARIN

PLAN DU PARCOURS MARIN - 440M² DE BASSINS



BASSINS ET ANIMATIONS

- | | |
|--|--------------------------------------|
| 1. Lits bouillonnants | 7. Col de cygne / Nuque - Pieds |
| 2. Assises / Jambes - Dos - Fessiers - Pieds | 8. Bains bouillonnants - Jacuzzi XXL |
| 3. Bains bouillonnants | 9. Bassin de nage de 21 m |
| 4. Geyser - Pédi - Jet | 10. Bassin aquafitness |
| 5. Rivière de marche | 11. Bassin de détente à 32°C |
| 6. Massage debout | 12. Patio |

✓ **À SAVOIR** : Ouvert de 09h00 à 12h45 et de 14h00 à 19h15.
 Accès clients avec soins de 14h00 à 19h15.
 Accès clients parcours marin uniquement de 15h00 à 19h15.
 Accès clients hébergés de 08h00 à 12h45 et de 14h00 à 20h30.
 Accès enfants hébergés de moins de 16 ans de 08h00 à 09h00 et de 18h00 à 20h30.

La réservation est fortement recommandée pour l'accès au parcours marin (accès sous réserve de capacité d'accueil suffisante). Un peignoir, une serviette et un sac vous seront remis dès votre arrivée. Le port de bijoux et de maillot de bain de couleur clair est fortement déconseillé.

✓ **À PRÉVOIR** : Maillot de bain (slip de bain, short au-dessus du genou ou boxer acceptés), sandales propres adaptées obligatoires dans l'établissement. Tenue et chaussures de sport propres obligatoires si vous souhaitez utiliser la salle de cardio-fitness accessible de 09h00 à 12h45 et de 15h à 19h15.



DESCRIPTIF DES SOINS MARINS

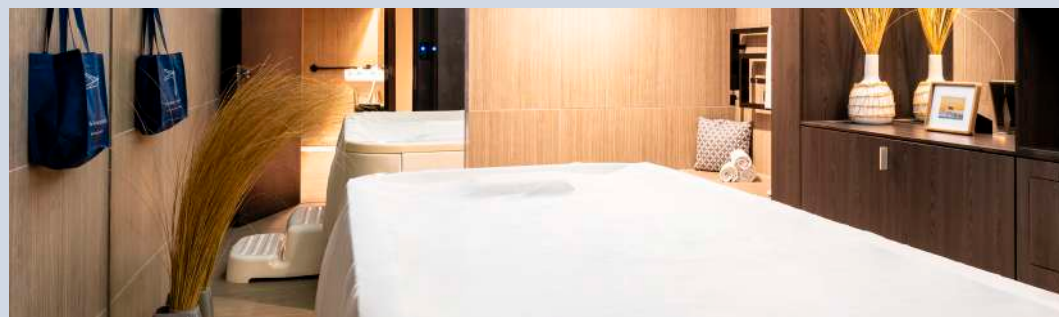


MASSAGES SOUS PLUIE MARINE (15' ou 30')

Massage du corps sous une pluie fine d'eau de mer chaude. Effets relaxants et apport en sels minéraux et oligo-éléments.

GOMMAGE SOUS PLUIE MARINE (15')

Cuivré aux huiles et sels de la Mer Morte. Le magnésium favorise la relaxation et le potassium participe à l'hydratation des cellules. Cristaux de sel, pétales de Calendule et huile essentielle d'orange associée.



MASQUES CORPS (20')

Ce soin reminéralisant et relaxant permet une élimination importante des toxines. Le « lit flottant » distille une agréable sensation d'apesanteur.

- À la crème d'algues laminaires reminéralisante (très concentrée en oligo-éléments). L'apport en sels minéraux et oligo-éléments rétablit par osmose l'équilibre du corps et procure un état de bien-être. La grande richesse des algues se trouve dans la concentration en actifs marins (50 à 2000 fois plus que l'eau de mer).

- Au karité et miel : une cire onctueuse et hydratante, nourrit intensément, prévient le dessèchement et laisse une peau douce, satinée et délicatement parfumée.
- Velours nacré à l'hibiscus : Eau de Mer, extrait de fleur d'hibiscus et de perles composent ce masque corps au parfum et à la texture envoûtante. Revitalise, reminéralise et révèle la beauté et l'éclat de la peau.
- À la crème d'algues bleues, redonne souplesse et tonicité à la peau et de l'énergie.



DOUCHE À JET (8')

Jet d'eau de mer dirigé à distance par une hydro thérapeute. Tonifie les muscles, élimine les courbatures. Action décontractante, relaxante, circulatoire ou affinante.



LIT HYDROMASSANT – HYDROJET (15')

Soin sec. Les jets à pression variable de ce matelas à eau à 36°C massent le corps de façon régulière, localisée ou générale (relaxant, tonique ou drainant).



WATERMASS (30')

Silhouette & Circulation ou Décontractant du dos et des jambes. Ce dispositif d'hydro palper rouler novateur combine le modelage aux huiles végétales à l'affusion d'eau de mer. Ce soin associe les effets actifs et rapides du modelage lympho-esthétique sur la cellulite et sur les graisses localisées, à une pure détente après chaque séance.



BAIN HYDROMASSANT (15')

Hydromassage en baignoire par des jets multiples suivant les trajets musculaires et le sens du retour veineux. Décontraction musculaire, action antalgique et circulatoire. Absorption transcutanée d'oligo-éléments et sels minéraux présents dans l'eau de mer et les algues.

FORFAITS

1/2 JOURNÉE

EN SOLO OU EN DUO



LES BEST-SELLERS

• • • • •

Accès au parcours marin inclus sur chaque demi-journée de soins

	Basse saison*	Haute saison*
■ MON INSTANT THALASSO	89 €	99 €
1 Bain hydromassant - 15'		
1 Lit Hydromassant - hydrojet - 15'		
■ 1/2 JOURNÉE BIEN-ÊTRE	138 €	148 €
1 Gommage aux huiles et pétales de fleurs ou 1 Gommage aux huiles et sels de la Mer Morte ou 1 Massage sous pluie marine relaxant aux huiles végétales - 15'		
1 Masque corps à l'algue bleue ou velours nacré à l'hibiscus ou cire hydratante - 20'		
1 Bain hydromassant à la gelée d'algue rouge à l'hibiscus - 15'		
■ COCOONING	163 €	173 €
1 Massage corps ou Rituel éclat du visage - 30'		
1 Masque corps velours nacré à l'hibiscus - 20'		
1 Bain hydromassant à la spiruline - 15'		
■ INSTANTS DUO	125 €/pers	135 €/pers
1 Bain hydromassant DUO aux cristaux de sel et à la spiruline ou gelée d'algues rouges d'hibiscus - 20'		
1 Massage en DUO - 30'		
■ POUR LUI	128 €	138 €
1 Massage corps - 30'		
1 Masque corps karité miel ou algues bleues à la spiruline - 20'		

Oxygénez-vous pendant votre 1/2 journée avec Le Bol d'air Jacquier®

Le but est de stimuler votre organisme par une meilleure oxygénation cellulaire. Le Bol d'Air optimise l'oxygénation de l'organisme. Il augmente et entretient notre faculté d'assimilation de l'oxygène normalement respiré. Le Bol d'air contribue ainsi à préserver un bon état de santé.

*Calendrier tarifaire disponible page 38



LES 1/2 JOURNÉES 1 À 2 SOINS

• • • • •

Accès au parcours marin inclus sur chaque demi-journée de soins

	Basse saison*	Haute saison*
■ DÉCOUVERTE	93 €	103 €
1 Masque Corps à l'algue bleue (action booster énergie et fermeté) 20'		
1 Lit hydromassant - 15'		
■ MARINE	93 €	103 €
1 Massage sous pluie marine ou 1 Watermass - 30'		
■ DÉTENTE	104 €	114 €
1 Masque corps à l'algue bleue (action booster énergie et fermeté) 20'		
1 Gommage ou Massage sous pluie marine - 15'		

LES 1/2 JOURNÉES EN DUO

• • • • •

Accès au parcours marin inclus sur chaque demi-journée de soins

	Basse saison*	Haute saison*
■ DUO OCÉAN	90 €/pers	100 €/pers
1 Bain hydromassant DUO à la gelée d'algues rouges ou aux cristaux de sel à la spiruline - 20'		
1 Lit hydromassant - 15'		
■ INSTANTS DUO	125 €/pers	135 €/pers
Classique		
1 Bain hydromassant DUO à la spiruline aux cristaux de sel - 20'		
1 Massage en DUO - 30'		
Premium		
1 Bain hydromassant DUO à la spiruline aux cristaux de sel - 20'		
1 Massage en DUO - 60'		
	+ 40 €/pers	+ 40 €/pers
Vous souhaitez ajouter un gommage ?		
1 Gommage « Peau douce » - 30'		

* Calendrier tarifaire disponible page 38



LES SOINS MARINS CIBLÉS

• • • • •

Accès au parcours marin inclus sur chaque demi-journée de soins

	Basse saison*	Haute saison*
■ 1/2 JOURNÉE JAMBES LÉGÈRES	159 €	169 €
1 Douche à jet - 8'		
1 Enveloppement des jambes aux algues froides - 15'		
1 Massage circulatoire jambes - 30'		
■ ALGOTHÉRAPIE JAMBES LÉGÈRES - FORFAIT 5 SÉANCES*		340 €
1 Soins des jambes par application d'une composition particulière d'algues laminaires fraîches		
Stimulation circulatoire et renforcement de la tonicité (5 séances de 15')		
■ APPLICATION DE BOUES MARINES ANTALGIQUES FORFAIT 5 SÉANCES**		340 €
Cataplasme de boues auto-chauffantes antalgiques sur les articulations arthritiques et la colonne vertébrale, anti-inflammatoire sur les pointes sensibles (5 séances de 20')		

LES EFFETS DU WATERMASS

Amélioration de la circulation sanguine, diminution des amas graisseux, atténuation de l'effet peau d'orange et décontraction musculaire.

Faire une séance de massage avec watermass contribue à supprimer la cellulite et procurer du plaisir. À vous de l'essayer !

végétales. Il permet de réoxygéner, assouplir, défibroser l'ensemble des tissus infiltrés.

Le watermass est un appareil perfectionné anti-cellulite qui reproduit un massage unique dans son genre, puissant et souple sous pluie marine à 37°, enrichi d'huiles

Le watermass se concentre sur les zones comme les fesses, le ventre ou encore les cuisses. Il agit essentiellement contre la cellulite.

■ WATERMASS - FORFAIT 5 SÉANCES**

450€

Accès au parcours marin inclus sur la demi-journée

* Calendrier tarifaire disponible page 38

** Forfait nominatif valable 12 mois à date d'achat.



LES JOURNÉES THALASSO & SPA

• • • • •

Accès au parcours marin inclus sur chaque demi-journée de soins

	Basse saison*	Haute saison*
■ UNE JOURNÉE RIEN QU'À VOUS...	213 €	223 €
Accès à l'Espace Bien-Être matin et après-midi		
1 Massage corps - 30'		
1 Activité Sportive (Hors nage en mer)		
1 Massage sous pluie marine - 15'		
1 Masque corps - 20' ou 1 Bain hydromassant - 15'		
■ MA JOURNÉE BIEN-ÊTRE ET SPA	296 €	306 €
Accès à l'Espace Bien-Être matin et après-midi		
1 Gommage marin - 15' + 1 Massage sous pluie marine - 15'		
1 Rituel éclat visage - 30'		
1 Vague californienne relaxante ou 1 Massage intuitif - 60'		

✔ L'accès au parcours marin est ouvert de 09h00 à 12h45 et de 14h00 à 19h15.

• • • • •

*Calendrier tarifaire disponible page 38



SPA MARIN



LES SOINS À LA CARTE



PHYTOMER

Intégré au cœur de la Thalasso-Spa Marin de La Grande Terrasse, cet espace vous invite à vivre des moments privilégiés à travers ses soins. Tous nos soins visage et corps sont conçus pour délivrer une expérience unique centrée sur le bien-être. Nos professionnelles sont des expertes en soin haut de gamme.

ENATAE

Nos équipes sont à votre écoute, l'accueil est personnalisé pour sublimer votre expérience à la Grande Terrasse.

NOTRE ENGAGEMENT

Vous offrir des soins naturels de haute qualité qui ressourcent le corps et l'esprit.

-10%

LE CRÉDIT BEAUTÉ

490€

Votre crédit beauté vous permet de bénéficier d'une remise de -10% sur chaque soin effectué et déduit du crédit. *Non cumulable avec d'autres offres.*

DÉCOUVREZ NOTRE BOUTIQUE

Retrouvez la gamme Phytomer et Enatae, des maillots de bain Amoena et Speedo, accessoires, textiles et souvenirs dans l'espace boutique situé à l'accueil de la Thalasso.

* Crédit nominatif valable 12 mois à date d'achat.



En complément de votre soin, profitez d'une 1/2 journée au parcours marin à 30€.



PRODUITS UTILISÉS POUR NOS SOINS

• • • •

PHYTOMER

LA BEAUTÉ PAR LA MER

Nos produits naturels et fabriqués dans nos propres laboratoires en Bretagne allient efficacité et sensorialité pour redonner à la peau toute sa beauté. Tous nos produits sont conçus dans le respect de la peau et de l'environnement.

Nos massages et nos soins sont pratiqués dans les spas du monde entier. Ils redonnent à votre peau la fraîcheur et l'éclat qu'elle mérite tout en vous offrant une parenthèse profondément ressourçant.



PRODUITS UTILISÉS POUR NOS SOINS

• • • •

ENATAE

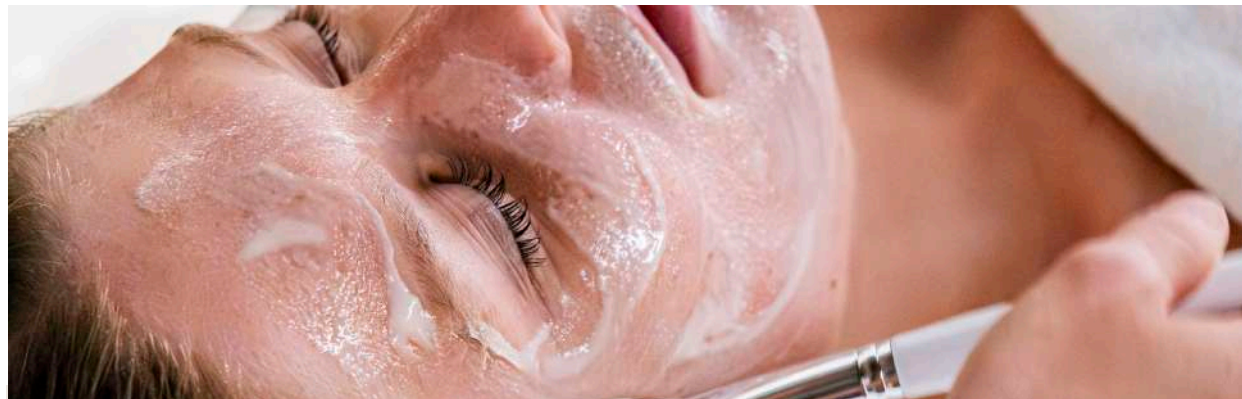
À L'ORIGINE DE NOTRE TERRE

La philosophie d'ENATAE, gamme française et naturelle. À partir d'ingrédients naturels et Bio pour la cosmétique et de produits artisanaux.

Ce retour à nos racines originelles, nous donne la possibilité de redécouvrir notre Terre comme elle l'était autrefois au temps de nos ancêtres : Pure et Écologique.

SOINS DU VISAGE **ET MASSAGES CORPS**





SOINS VISAGE

• • • • •

PHYTOMER

- **RITUEL ÉCLAT SIGNATURE** 30' | 70 €
Un soin du visage, parfait pour tous les types de peau ayant besoin d'un shoot d'énergie.
- **RITUEL PURIFIANT DÉTOXIFIANT** 60' | 113 €
Un programme désincrustant à l'efficacité prouvée contre les imperfections pour une peau visiblement plus saine, plus nette et un teint qui retrouve sa fraîcheur.
- **RITUEL SOIN RESSOURÇANT D'HYDRATATION** 60' | 113 €
Soin hydratant repulpant, un essentiel qui conjugue performance et détente intense en associant des ingrédients naturels, des produits aux textures ultra-sensorielles et un massage relaxant. La peau retrouve confort et éclat. Elle est repulpée et reposée.
- **RITUEL SOIN RÉCONFORTANT APAISANT** 60' | 113 €
Un soin qui adoucit les peaux sensibles et améliore leurs défenses pour un épiderme apaisé et idéalement hydraté, aide à atténuer les rougeurs, apporte douceur et fraîcheur.



En complément de
votre soin, profitez
d'une 1/2 journée au
parcours marin à 30€.



SOINS VISAGE (SUITE)

• • • • •

PHYTOMER

- **RITUEL SOIN ANTI-ÂGE D'EXCEPTION** 60' | 113 €
Ce soin redonne à la peau toute la fraîcheur, la jeunesse et l'éclat qu'elle mérite. Son massage d'exception qui englobe l'ensemble du visage et du décolleté défroisse visiblement la peau tout en offrant une détente absolue.
- **RITUEL DU VISAGE CYFOLIA DÉFATIGANT ÉCLAT BIO ECOCERT** 60' | 113 €
Un joli coup d'éclat et une peau bien hydratée grâce à un soin plaisir d'une efficacité remarquable. Ce soin Phytomer peut être adapté aux adolescents à partir de 13 ans. Produits certifiés bio Ecocert.
- **RITUEL SOIN PIONNIER JEUNESSE DU VISAGE** 90' | 157 €
Soin jeunesse globale visage / lèvres / décolleté. Avec son masque liftant et sa lotion concentrée en actifs marins, ce soin atteint le summum de la performance anti-âge globale. Il redonne à la peau toute sa jeunesse, sa douceur et sa luminosité.



CONSEIL BEAUTÉ :

Pour avoir un teint clair et net, ne jamais faire l'impasse sur le démaquillage nettoyant de votre peau matin et soir même si vous n'êtes pas maquillée.

Vous disposez de peu de temps, alors favorisez une crème démaquillante nettoyante à l'eau que vous pouvez éventuellement utiliser sous la douche, par la suite vous verserez la lotion dans votre brumisateur pour dynamiser et stopper l'effet calcaire de l'eau.

Toute l'équipe sera ravie de partager avec vous conseils et astuces.



PERSONNALISEZ VOTRE SOIN DU VISAGE

• • • • •

Soin en supplément de votre soin visage

HORS RITUEL DÉTENTE DU VISAGE ET CUIR CHEVELU
ET RITUEL VISAGE JAPONAIS

■ RELAX DOS SOIN DÉFATIGANT REMINÉRALISANT 15' | 30 €

Un massage du dos ultra-relaxant, suivi de l'application de la Boue Marine Autochauffante le long de la colonne vertébrale, pour une détente absolue et une détoxination optimale.

En complément de tous les soins visage.

■ PERFECT REGARD SOIN LISSANT ÉCLAT DES YEUX 20' | 40 €

Un soin ultra-complet, performant et relaxant, pour un regard qui pétillie de jeunesse.

En complément de tous les soins visage.



En complément de
votre soin, profitez
d'une 1/2 journée au
parcours marin à 30€.



MASSAGES RADIEUX DU VISAGE

• • • • •

■ RITUEL DÉTENTE DU VISAGE ET DU CUIR CHEVELU 30' | 70 €

Le massage du visage relâche les tensions, rend les rides moins apparentes, stimule la circulation sanguine, resserre les muscles du visage, rééquilibre l'hydratation, réduit les impuretés et les toxines et accroît l'éclat de la peau et le massage énergétique du cuir chevelu peut agir comme un anti-stress.

■ RITUEL VISAGE JAPONAIS 30' | 70 €

Massage ancestral japonais du visage, il séduit par son incroyable effet liftant. Art traditionnel au pays du soleil levant, il ne se contente pas de tonifier les muscles peauciers, il stimule également l'ensemble de la circulation énergétique.

• • • • •

Oxygénez-vous pendant votre 1/2 journée avec Le Bol d'air Jacquier®
Le but est de stimuler votre organisme par une meilleure oxygénation cellulaire.
Il augmente et entretient notre faculté d'assimilation de l'oxygène normalement respiré.
Le Bol d'air contribue ainsi à préserver un bon état de santé.



MASSAGES BIEN-ÊTRE

• • • • •

NOUVEAU : À PARTIR D'AVRIL 2026

■ RELAXATION PLANTAIRE THAÏ AVEC BÂTONNET 45' | 93€

Elle est une vraie tradition en Asie. Pratique du pied au genou exerçant une pression et diverses manœuvres sur différents points réflexes du pied. Elle soulage les tensions, améliore la circulation et favorise un bien-être global. Contre-indication : grossesse et hors période menstruelle.

■ BULLE DES MERS SOIN DU DOS DÉCONTRACTANT REMINÉRALISANT 45' | 93 €

Un gommage suivi d'un modelage décontractant du dos, du cuir-chevelu ou des jambes jusqu'au pieds, associé à une boue marine autochauffante détoxifiante et reminéralisante sur le dos.

■ OLIGOMER SPA MASSAGE RESSOURÇANT REMINÉRALISANT ET GOMMAGE CORPS* 90' | 157 €

Profondément relaxant et ré-énergisant, ce soin d'exception associe gommage et massage intégral du corps. Il offre une expérience sensorielle unique autour de l'Oligomer®, l'actif mythique de Phytomer®, aux bienfaits reminéralisants et fortifiants. Son gommage et son massage totalement englobant, du bout des orteils à la pointe des cheveux, procurent un effet ressourçant instantané et une détente incomparable.

■ LA VAGUE CALIFORNIENNE RELAXANTE 30' | 70 € / 45' | 93 € / 60' | 113 €

La combinaison parfaite de mouvements amples et fluides associés à de longs effleurements pour débloquer les tensions et offrir une complète relaxation. Ce soin peut-être adapté aux adolescents à partir de 13 ans, accompagnés d'un adulte.

■ MASSAGE SIGNATURE SPA MARIN (CORPS ET VISAGE) 75' | 140€

Débutant par une relaxation, La majorité des gestes est effectuée avec les avants-bras pour masser et mettre le corps en mouvement (rotations, étirements...), un toucher unique, enveloppant et rassurant, une harmonie des gestes faite de grâce et fluidité. Amélioration de la circulation sanguine et énergétique, élimination des tensions accumulées et l'usage des pierres permettra le lâcher-prise.

*Si vous souhaitez choisir ces soins, merci de le préciser dès votre réservation.



MASSAGES BIEN-ÊTRE (SUITE)

• • • • •

■ LE MASSAGE INTUITIF ENTRE LE BIEN-ÊTRE & LE MIEUX-ÊTRE 30' | 70 € / 45' | 93 € / 60' | 113 €

Sur mesure selon vos besoins. Ce massage permet de remettre en phase le corps et l'esprit, se sentir dans son corps, en prendre conscience, dans ses contours, sa profondeur, sa chaleur et parfois ses blocages, ses tensions, ses fragilités. Il participe à l'installation d'un sentiment de bien-être et de mieux-être.

■ MODELAGE DÉTENTE CORPS* 60' | 113 € MODELAGE DÉTENTE CORPS ET VISAGE* 90' | 157 €

Ce rituel 100 % modelage est une rencontre tactile bienfaisante où les gestuelles se mêlent à des pressions manuelles et des rythmes variés pour mieux se libérer du stress et se ressourcer profondément.

■ MODELAGE MADAGASCAR VOYAGE ENATAE 60' | 113 €

Un rêve sensoriel vers une île à part Madagascar. Un rituel énergisant pour le corps. Bon voyage Enatae...

■ MODELAGE BAMBOU PROFOND DÉCONTRACTANT 60' | 113 €

Massage profond manuel intensifié par des gestuelles au Bambou pour libérer les tensions musculaires et lutter contre la fatigue et les stress tout en stimulant la circulation.

• • • • •

Oxygénez-vous pendant votre 1/2 journée avec Le Bol d'air Jacquier®
Le but est de stimuler votre organisme par une meilleure oxygénation cellulaire.
Il augmente et entretient notre faculté d'assimilation de l'oxygène normalement respiré.
Le Bol d'air contribue ainsi à préserver un bon état de santé.

*Si vous souhaitez choisir ces soins, merci de le préciser dès votre réservation.



SOINS MINCEUR



PHYTOMER

■ GOMMAGE MARIN ET HYDRATATION

45' | 93 €

Soin gommage corps tonifiant. Une exfoliation aux extraits marins associée à une hydratation relaxante du corps pour une mise en beauté express qui laisse votre peau douce, soyeuse et pleinement hydratée.

■ SOIN MINCEUR P5*

60' | 113 €

Massage et enveloppement corps entier à la confiture d'algues. Un soin minceur corps entier qui associe un massage tonique et un enveloppement aux algues, au parfum délicatement iodé, pour affiner les rondeurs, remodeler et tonifier la silhouette.

■ SOIN SCULPT ZONE*

60' | 113 €

Massage et enveloppement chauffant anti-cellulite ventre - fesses - cuisses. Un gommage, un massage localisé et un enveloppement thermo-sculptant dernière génération pour piéger les rondeurs et la cellulite en un temps record.



En complément de
votre soin, profitez
d'une 1/2 journée au
parcours marin à 30€.



Si vous souhaitez choisir ces soins, merci de le préciser dès votre réservation.

* 20 € en basse saison, 30 € en haute saison.



PRENDRE SOIN DE SA PEAU



icoone®

GAMME BEAUTÉ

■ icoone® est la technologie innovante qui, grâce à la micro-stimulation, garantit des soins personnalisés et efficaces pour le soin de la peau du visage et du corps.

ICOONE® CORPS

■ Permet de remodeler la silhouette (cou, dos, bras, ventre, tour de taille, cuisses, fesses) de raffermir la peau, de lisser l'aspect cellitique et de drainer les jambes lourdes.

ICOONE® VISAGE

■ Permet de remodeler l'ovale du visage, de lisser les rides et les ridules, de drainer et donner un éclat immédiat.

■ 1^{ÈRE} SÉANCE BILAN

30' | 75 €

■ SÉANCE RITUELLE

30' | 75 €

■ FORFAIT 5 SÉANCES DE 30'

350 €

■ FORFAIT 10 SÉANCES DE 30' + 1 OFFERTE

700 €



CONSEIL

Prolongez les effets de votre forfait 10 séances avec une séance d'entretien mensuelle à 65 € (au lieu de 75 €).

Renseignements sur les contre-indications aux séances icoone® lors de la prise de rendez-vous.

SOINS SPÉCIFIQUES





SÉRÉNITÉ FUTURE MAMAN



■ MASSAGE SÉRÉNITÉ FUTURE MAMAN

60' | 113 €

Confortablement installée, le délasserment agira sur le corps et l'esprit, la circulation s'active et l'effet jambes lourdes diminue, le massage pendant la grossesse est naturellement agréable toutefois il y a beaucoup d'autres avantages pour la future maman et son bébé, le massage consolide le rapprochement et l'échange entre eux deux.

Nous vous conseillons, pour prolonger ce moment délassant de profiter d'une ½ journée au parcours marin pour une sensation d'apaisement si agréable pendant cet événement (accès en supplément à 30 €).

✓ À SAVOIR : Bien que ce massage soit merveilleusement relaxant et plus doux que le traditionnel, il n'est pas conseillé durant les 3 premiers mois de la grossesse et à partir du 8^e mois. Pendant une grossesse, l'utilisation du sauna, du hammam et des appareils en salle fitness est déconseillée.



Informations & conseils : Afin de pouvoir bénéficier de ce soin en toute sérénité, un certificat de votre médecin ou sage-femme vous sera demandé. Plus d'informations en page 38.



SOINS SPÉCIFIQUES AU MASCULIN



PHYTOMER
HOMME

■ PEAU NEUVE AU MASCULIN

60' | 113 €

Soin du visage. Entrez dans un univers dédié aux hommes. Choisissez un soin hydratant, jeunesse, apaisant ou ciblé anti-pollution, adapté aux spécificités de l'épiderme masculin.

■ BULLE DES MERS

45' | 93 €

Soin du dos décontractant reminéralisant. Un gommage et un massage ultra-relaxant et décontractant du dos et du cuir chevelu associé à une boue chauffante reminéralisante.



*Calendrier tarifaire disponible page 38.





SOINS SPÉCIFIQUES ADOLESCENT

.....

Ma première expérience Spa à La Grande Terrasse

Soin individuel en présence d'un parent, pendant le soin de votre enfant (dès 13 ans).

■ SOIN DU VISAGE BULLE D'ÉCLAT CYFOLIA 30' | 70 € / 60' | 113 €

Un joli coup d'éclat et une peau bien hydratée grâce à un soin plaisir bio d'une efficacité remarquable. Ce soin Phytomer® est adapté aux adolescents, à partir de 13 ans.

■ MASSAGE LÉGER COMME UNE PLUME 30' | 70 € / 60' | 113 €

Nos ados aiment recevoir des massages dos visage et cuir chevelu, ils savent déjà que détente et bien-être sont essentiels pour se sentir bien.

■ NOTRE MOMENT DE COMPLICITÉ MÈRE FILLE EN DUO 30' | 140 €
60' | 226 € / 90' | 314 €

À choisir dans les soins précités – à partir de 13 ans.

De 13 à 16 ans : Accès espace bien-être possible de 18h00 à 19h15 en complément du soin +15 €
À partir de 16 ans : Accès bien-être demi-journée en complément du soin +30 €

.....

*Calendrier tarifaire disponible page 38



SOINS SPÉCIFIQUES

.....

■ MISE EN BEAUTÉ

Manucurie ou beauté des pieds Pieds 75' | 85 € Mains 60' | 80 €

Embellisseur : un soin ultra-complet qui embellit les ongles et la peau. Il comprend un soin réparateur pour les cuticules, un massage hydratant et une pose de base.

Soin des mains ou des pieds 30' | 50 €

Soin sublime : limage des ongles, gommage, masque et pose de base.

■ ÉPILATION

Aisselles	24 €
Bras	29 €
Demi-Jambes	34 €
Jambes	44 €
Lèvres	22 €
Sourcils	24 €
Visage	39 €
Dos	34 €
Torse	34 €
Épaule	29 €

■ MAILLOT

Classique	24 €
Brésilien	29 €
Intégral	39 €

■ FORFAITS ÉPILATION

Demi-jambes / Maillot classique	
Aisselles	54 €
Maillot classique / Aisselles	
Jambes entières	62 €

*Calendrier tarifaire disponible page 38

CALENDRIER 2026



Janvier

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Février

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Mars

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Avril

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Mai

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Juin

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Juillet

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Août

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Septembre

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Octobre

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Novembre

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Décembre

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

- Basse Saison
- Haute Saison
- Fermeture technique annuelle

OFFREZ UN BON CADEAU



→ JE DÉCOUVRE LES CARTES ET CHÈQUES CADEAUX

BIEN-ÊTRE

Thalasso
Spa Marin
Spa NUXE

HÔTELLERIE

La Grande Terrasse Hotel & Spa
La Rochelle –MGallery Collection
ibis Styles La Rochelle
Thalasso Châtelailon

RESTAURATION

Gaya
Le Pertuis
Le Carrelet
Le Bistrot



LES AUTRES PLAISIRS DE LA THALASSO SPA MARIN

42

Club Forme & Wellness

Se retrouver, se dépasser,
s'oxygéner avec un coach

43

Salon de coiffure

Intégré à la Thalasso-Spa Marin





100% COACHING

Le Pass' Forme, un accès à toutes les séances coachées proposées par la Thalasso - Spa Marin.



COACHING & DÉTENTE

Le Pass' Forme, avec détente et avantages en plus ! 45 min de détente à l'Espace Bien-Être inclus à chaque séance coachée mais également des avantages et des réductions exclusives.



COACHING & DÉTENTE +

Plus de réductions avec le Pass' Wellness+.

Les pass' sont nominatifs et valables 12 mois à compter de la date d'achat

TARIFS 2026	PASS' <i>Forme</i>				PASS' <i>Wellness</i>		PASS' <i>Wellness+</i>	
NOMBRE DE SÉANCES COACHÉES	12 SÉANCES	24 SÉANCES	48 SÉANCES	96 SÉANCES	12 SÉANCES	24 SÉANCES	48 SÉANCES	96 SÉANCES
TARIFS	228 € soit 19 € la séance	408 € soit 17 € la séance	672 € soit 14 € la séance	1056 € soit 11 € la séance	276 € soit 23 € la séance	504 € soit 21 € la séance	816 € soit 17 € la séance	1440 € soit 15 € la séance
VALIDITÉ	12 MOIS							
Accès à l'Espace Bien-Être 45' inclus avec chaque séance (parcours marin, jacuzzi, hammams, sauna), peignoir et serviette fournis					✓	✓	✓	✓
1 Séance coachée OFFERTE	✓	✓			✓			
2 Séances coachées OFFERTES			✓	✓		✓	✓	✓
- 10% sur les soins marins, les soins beauté, la boutique et le salon de coiffure (non cumulable avec promotions en cours)					✓	✓	✓	✓
-10% sur l'achat de cartes cadeaux Thalasso (non cumulable avec promotions en cours)							✓	✓
-10% sur les forfaits Icoone 5 et 10 séances (plus de détails page 30)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
-10% sur les forfaits Icoone 5 et 10 séances (plus de détails page 30)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
NOUVEAU -10% AU BAR DE L'IBIS STYLES								

→ Je consulte la brochure Forme et Wellness.

Conditions générales d'utilisation En cas de dépassement des horaires indiqués une séance supplémentaire sera déduite de votre abonnement. Pour le Pass' Wellness, l'accès au parcours marin étant conditionné à la participation au cours, en cas d'absence à ce dernier et de présence dans l'établissement, une séance supplémentaire sera déduite.

SALON DE COIFFURE

TARIFS



FEMME

- Shampooing, Brushing 26 €
- Shampooing , Coupe, Brushing 43 €
- Shampooing, Permanente, Brushing 60 €
- Shampooing, Coloration, Brushing 61 €
- Shampooing, Permanente, Coupe, Brushing 76 €
- Shampooing, Mèches, Brushing 76 €
- Shampooing, Coloration, Coupe, Brushing 77 €
- Shampooing, Mèches, Coupe, Brushing 93 €

À LA CARTE

- Shampooing 6 €
- Soin 9 €
- Supplément cheveux mi-long 9 €
- Supplément cheveux long 15 €
- Coupe 17 €
- Brushing 20 €
- Permanente 34 €
- Coloration 35 €
- Shampooing américain 17 €
- Mèches 50 €
- Chignon 48 €

HOMME

- Shampooing, Coupe 24 €
- Taille Barbe 9 €

ENFANT ADOLESCENT

- Shampooing, Coupe (de 4 à 13 ans) 18 €
- Shampooing, Coupe (de 14 à 17 ans) 32 €

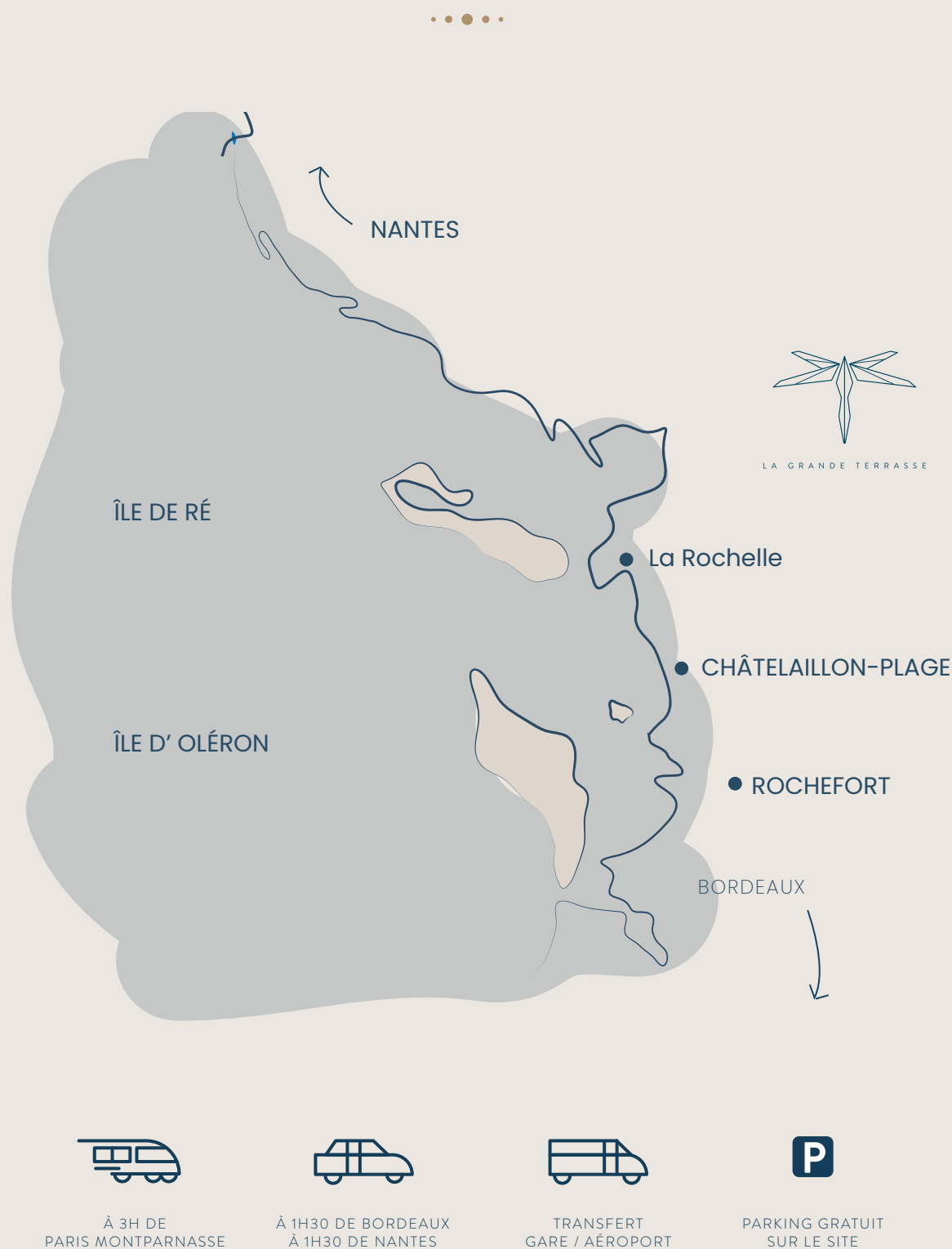
→ Je réserve en ligne.

Informations et réservations au 05 46 56 37 97.

Salon de coiffure ouvert du mardi au samedi de 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 18h30.

www.la-grande-terrasse.com - coiffure@la-grande-terasse.com

SE RENDRE À LA GRANDE TERRASSE



INFORMATIONS ET CONSEILS

✓ LA RÉSERVATION

Afin d'organiser au mieux la planification de vos soins, il est conseillé d'effectuer votre réservation 1 mois à l'avance : en ligne sur www.la-grande-terrasse.com, au 05 46 56 17 17 ou par e-mail : contact@la-grande-terrasse.com. Votre réservation sera effective à réception du règlement intégral des soins.

✓ LE RÈGLEMENT

Le règlement peut se faire par Carte Bancaire, American Express, espèces (euros) et Chèques Vacances. Pour information, nous n'acceptons pas le règlement par chèques bancaires ni postaux.

✓ HORAIRES D'OUVERTURE DE LA THALASSO-SPA MARIN

Clients non hébergés sur place : tous les jours avec soins de 09h00 à 12h45 et de 14h00 à 19h15 et tous les jours sans soins de 09h00 à 12h45 et de 15h00 à 19h15 (fermeture des vestiaires à 13h00 et 19h30).

✓ CONDITIONS ENFANTS

L'accès aux enfants de moins de 16 ans s'effectue de 18h00 à 19h15. L'accès aux enfants de moins de 3 ans n'est autorisé que sous la surveillance exclusive d'un adulte et munis d'une couche étanche lavable ou jetable. L'accès aux mineurs n'est autorisé que sous la surveillance exclusive d'un adulte. Hammams et sauna non autorisés aux mineurs. Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Cependant les mineurs peuvent, à partir de 16 ans, effectuer des soins accompagnés d'un représentant légal en soins marins et à partir de 13 ans pour les soins de l'espace beauté.

✓ ACCÈS AUX SOINS ET À L'INSTITUT

LA TENUE - Le port de bijoux et d'un maillot de bain de couleur clair est fortement déconseillé (risque de coloration). Pour accéder à l'espace Forme, tenue et chaussures de sport sont indispensables. Nos forfaits et l'accès au parcours marin comprennent le prêt du peignoir et d'une serviette de bain. Merci de prévoir des sandales adaptées (port obligatoire dans l'établissement). Des sous-vêtements jetables sont à votre disposition dans les cabines de soins. La douche est OBLIGATOIRE avant chaque soin.

✓ INFORMATIONS MÉDICALES ET CONTRE-INDICATIONS

Femmes enceintes : **faire des soins entre le 4^{ème} et le 7^{ème} mois est possible avec un certificat de votre gynécologue ou de votre sage femme.** Durant cette période, les risques de fausse couche sont généralement écartés et la fatigue pas trop importante. Cependant, certains soins ou programmes de soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes, de même que le sauna et le hammam. Une sélection de soins esthétiques peut aussi être proposée du 4^{ème} au 7^{ème} mois. Pour les femmes enceintes, outre le certificat médical de non contre-indication aux soins de thalassothérapie par votre gynécologue ou votre sage femme, une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès de l'institut.

Jeune maman : pas de soins avant le début du 3^{ème} mois post-accouchement.

En cas de cancer en cours de traitement, un certificat de non contre-indication de votre cancérologue sera exigé pour adapter vos soins à votre pathologie.

La fatigue extrême est une contre indication. Afin de vous prodiguer le meilleur conseil, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé, grossesse, troubles cardiaques, insuffisance respiratoire, allergies, blessures, maladie, handicap... Les modelages sont des massages à but non médical ni thérapeutique mais, à visée de confort.

✓ CONDITIONS D'ANNULATION OU MODIFICATION DE DATES DE PRESTATIONS AU SPA MARIN (AVEC OU SANS HÉBERGEMENT À LA GRANDE TERRASSE)

Des indemnités de résiliation ou de modification de date de prestations seront dues par le client en application du barème suivant :

À plus de 3 jours de la date de début de la prestation : 30 € de frais de dossier par personne seront retenus sur l'acompte ou sur le paiement intégral versé par le client.

À moins de 3 jours de la date de début de la prestation : conservation de la totalité de l'acompte ou sur le paiement intégral versé par le client (sauf dans le cas d'une contre-indication médicale, ou seuls les 30 € de frais de dossier seront conservés).

Cas particulier - les offres spéciales : toute offre spéciale est non modifiable et ne peut faire l'objet d'une annulation après sa souscription. Aucune somme versée dans le cadre d'une telle offre ne peut faire l'objet d'un remboursement partiel ou total.

✓ MODALITÉ D'ANNULATION OU DE MODIFICATION DE DATES DE PRESTATIONS

Toute demande d'annulation ou de modification de dates de prestations devra être accompagnée d'un justificatif et d'un RIB et devra parvenir impérativement :

Par mail : contact@la-grande-terrasse.com ou par lettre recommandée avec accusé de réception : La Grande Terrasse - Service Réservations La Falaise 17340 Châtaillon-Plage

