2025

SOINS & ACTIVITÉS
À LA CARTE

THALASSO · SPA · FORME · COIFFURE

LES THERMES MARINS
1963
DE SAINT MALO

BIENVENUE
aux Thermes Marins de Saint-Malo

Depuis plus de 60 ans, la mer est notre guide pour concevoir un univers entièrement dédié à votre bien-être. Pensée pour vous, notre gamme de soins Thalasso & Spa associe les ressources naturelles marines à l'excellence de nos protocoles de soins pour vous conduire vers un moment de pure déconnexion.

SOMMAIRE

NOS SOINS **THALASSO**

Découverte Thalasso ..... *page 4*
Thalasso & Restaurant ..... *page 5*
Soins Thalasso à la carte ..... *page 5*

NOS ACTIVITÉS **FORME**

Parcours Aquatonic ..... *page 7*
Activités sportives à la carte ..... *page 7*

NOS SOINS **SPA**

Soins du visage ..... *page 9*
Soins du corps ..... *page 12*
Expériences Bien-Être ..... *page 18*
Soins esthétiques ..... *page 21*

NOS SOINS **COIFFURE**

Tarifs coiffure ..... *page 22*
Soins Shu Uemura ..... *page 23*
Soins Kérastase ..... *page 24*

NOS IDÉES **CADEAUX** ..... *page 26*

INFOS **PRATIQUES** ..... *page 27*

NOS SOINS **THALASSO**

DÉCOUVERTE **THALASSO**

Programme en 1/2 journée. Soins séléctionnés par nos hôtesses, selon disponibilités, parmi les suivants :
Bain Jets aux Algues, Affusions Dynamiques, Douche Sous-Marine, Drainage Marin, Ondorelax, Piscine de Jets, Piscine Tonique.

• 2 SOINS **95 €**
Du lundi au vendredi (hors fériés) **91 €**
- 2 soins individuels d'hydrothérapie
- Accès à la Piscine de Détente, Sauna, Hammam et Salle de Cardio-Musculation sur la même demi-journée que vos soins.

• 3 SOINS **152 €**
Du lundi au vendredi (hors fériés) **145 €**
- 2 soins individuels d'hydrothérapie
- 1 soin en Piscine de Jets Sous-Marins
- Accès au Parcours Aquatonic, Piscine de Détente, Sauna, Hammam et Salle de Cardio-Musculation sur la même demi-journée que vos soins.

• 4 SOINS (sauf dimanche) **199 €**
Du lundi au vendredi (hors fériés) **190 €**
- 3 soins individuels dont 1 Enveloppement d'Algues et 2 soins d'hydrothérapie en cabine
- 1 soin en Piscine de Jets Sous-Marins
- Accès au Parcours Aquatonic, Piscine de Détente, Sauna, Hammam et Salle de Cardio-Musculation sur la même demi-journée que vos soins.

• 4 SOINS PRESTIGE (sauf dimanche) **240 €**
Du lundi au vendredi (hors fériés) **230 €**
- 1 Massage sous Affusions ou Massage Corps 30 min
- 1 Enveloppement d'Algues
- 1 Bain Jets aux Algues ou Douche Sous-Marine
- 1 Ondorelax ou Affusions Dynamiques
- Accès au Parcours Aquatonic, Piscine de Détente, Sauna, Hammam et Salle de Cardio-Musculation sur la même demi-journée que vos soins.

THALASSO **& RESTAURANT**

FORME & PLAISIRS GOURMANDS

Forfait Découverte Thalasso en 1/2 journée, avec un accès au Parcours Aquatonic, Piscine de détente, Sauna, Hammam et Salle de Cardio-Musculation et un menu Émeraude au restaurant vue sur mer Le Cap Horn.

• 2 SOINS	165 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	161 €
• 3 SOINS	205 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	198 €
• 4 SOINS	252 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	243 €
• 4 SOINS PRESTIGE	293 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	283 €

BIEN-ÊTRE & SAVEURS

Forfait Découverte Thalasso en 1/2 journée, avec un accès au Parcours Aquatonic, Piscine de détente, Sauna, Hammam, et Salle de Cardio-Musculation et un menu 2 plats (entrée plat ou plat dessert) au restaurant La Verrière.

• 2 SOINS	147 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	143 €
• 3 SOINS	192 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	185 €
• 4 SOINS	239 €
Du lundi au vendredi (hors fériés)	230 €

THALASSO **À LA CARTE**

• Massage sous Affusions (25 min)	96 €
• Enveloppement d'Algues (25 min)	74 €
• Douche Sous-Marine (15 min)	57 €
• Bain Jets aux Algues (20 min)	57 €
• Ondorelax (18 min)	54 €
• Affusions Dynamiques (15 min)	48 €
• Drainage Marin (12 min)	49 €
• Pédiluve (15 min)	35 €

PARCOURS **AQUATONIC** & ACTIVITÉS **SPORTIVES**

LE PARCOURS **AQUATONIC**

Accès au Parcours de Jets Sous-Marins, Sauna, Hammam et Fontaine à glace.
Inclus dans les forfaits Découverte Thalasso à partir de 3 soins et dans tous les forfaits Thalasso & Restaurant.

- **1 ENTRÉE**
  à la carte **42 €**

- **1 ENTRÉE**
  en complément d'un soin Thalasso ou Spa **30 €**

NOS ACTIVITÉS SPORTIVES À LA CARTE

SÉANCE DE COACHING INDIVIDUEL
À partir de **40 €** la séance de 30 min

AQUACYCLING
29 € la séance de 25 min

GYMNASTIQUE EN SALLE ET GYM AQUATIQUE
Plus de 100 cours par semaine parmi aquagym, aquacycling, yoga, pilates, bodybalance...

29 € la séance

AVIRON INDOOR
29 € la séance de 40 min

NATATION
À partir de **23,50 €** le cours collectif de 30 min

FORFAIT TOTAL BIEN-ÊTRE 6 JOURS
Accès illimité au parcours Aquatonic et à plus de 100 cours par semaine parmi aquagym, aquacycling, yoga, pilates, bodybalance...
255 € les 6 jours

TRAINING AQUATIQUE
29 € la séance de 30 min

BEACH TRAINING
29 € la séance de 45 min

MARCHE SPORTIVE
29 € la séance d'une heure

NOUVEAU COACHING GUIDÉ - E-GYM
À partir **de 35 €** la séance de 30 min

Circuit training réalisé sur 8 machines E-Gym en Salle de Cardio-Musculation.
À l'aide de votre bracelet connecté, adaptez votre entraînement à vos objectifs et évaluez vos performances en temps réel.
Inclus dans nos abonnements Fitness E-GYM et Total Bien-être E-GYM.

SPA DES THERMES

LES COSMÉTIQUES

Thermes Marins de Saint-Malo

L'expertise de nos spa praticiennes et leurs techniques de soins et massages exclusives s'allient aux cosmétiques Thermes Marins de Saint-Malo pour une expérience sensorielle unique et une efficacité incomparable.

Véritable reflet du savoir-faire et de l'excellence des Thermes Marins de Saint-Malo, la ligne de cosmétiques signature, bretonne, marine, naturelle et responsable est un concentré d'actifs marins et végétaux rigoureusement sélectionnés. Les textures sophistiquées et ultra sensorielles répondent efficacement à tous les besoins de la peau.

NOS SOINS **VISAGE**

NOS SOINS **TRADITION**

• SOIN OXYGÉNATION MARINE 50 min **95 €**
Tous types de peaux. Véritable nettoyage de peau en profondeur, pour retrouver un teint net et frais.

• SOIN HYDRATATION MARINE 1 h 10 **108 €**
Peaux déshydratées et/ou sensibles. Ce soin, accompagné d'un massage relaxant, va agir comme un formidable régulateur d'hydratation cutanée. Votre peau est hydratée, apaisée, reposée, éclatante de vitalité.

• SOIN PURETÉ MARINE 1 h 10 **108 €**
Peaux mixtes à séborrhéiques. Ce soin va atténuer l'apparition des imperfections liées à l'excès de sébum en resserrant les pores et en affinant le grain de peau. La combinaison des actifs et du massage relaxant vont apporter un vrai confort à la peau, matifier, purifier et unifier le teint.

NOS SOINS **SPÉCIFIQUES**

« REGARD, ÉCLAT ET NUTRITION »

• SOIN ÉCLAT DU REGARD 1 h 20 **125 €**
Ce soin combine 3 actions : l'une agit sur le nettoyage de votre peau, la seconde sur l'hydratation intense de votre visage et la troisième sur la décongestion de votre contour des yeux pour un nouvel éclat global.

• SOIN ÉCLAT MARIN 1 h 30 **130 €**
Ce soin visage convient aux peaux fatiguées, asphyxiées et ternes. Le massage oxygénant va stimuler les cellules et éliminer les toxines. Votre peau respire, retrouve toute sa luminosité.

• SOIN NUTRITION MARINE 1 h 30 **130 €**
Peaux matures sèches et dévitalisées. Accompagné d'un massage oxygénant, ce soin va permettre de restaurer le film hydrolipidique. Votre peau est nourrie, souple et lumineuse.

NOS MASSAGES **VISAGE, KOBIDO ET CONTOUR DES YEUX**

• MASSAGE RELAXANT 30 min **65 €**
Adapté à tous types de peaux. Les manœuvres douces et englobantes de ce massage vont favoriser une détente profonde et la décontraction des muscles faciaux, pour un visage reposé.

• MASSAGE OXYGÉNANT 40 min **75 €**
Peaux fatiguées, stressées, teints brouillés. La tonicité de ce massage va favoriser l'oxygénation des tissus grâce à l'activation des circulations lymphatique et sanguine, pour un teint lumineux.

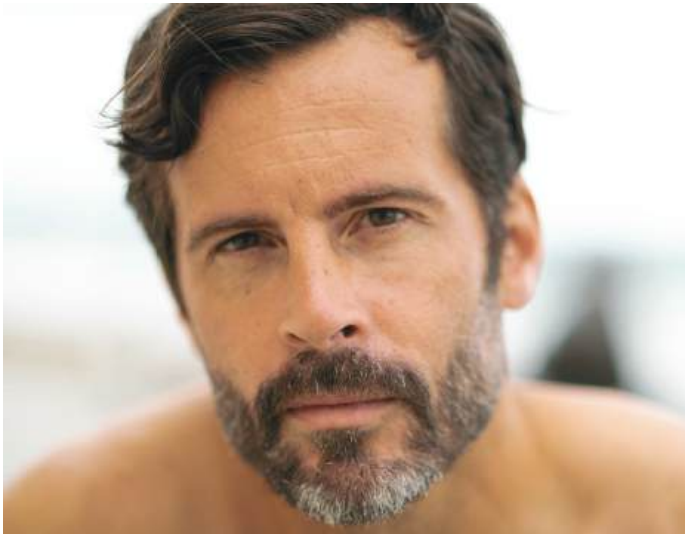
• MASSAGE RAFFERMISSANT 40 min **75 €**
Peaux matures présentant un manque de fermeté. Notre gestuelle experte tonique et ciblée va raffermir, regalber, assouplir et redonner élasticité à votre épiderme.

• NOUVEAU KOBIDO
By Thermes Marins de Saint-Malo 1 h **130 €**
Ce massage jeunesse, véritable lifting manuel issu d'une méthode japonaise ancestrale, permet de faire réagir la peau en profondeur, de dénouer les micro-tensions du visage et de rendre la peau plus ferme. Le visage est repulpé, le teint plus frais et l'ovale du visage redessiné.

• MASSAGE ANTI-RIDES 40 min **75 €**
Peaux matures présentant rides et ridules. Les manœuvres « sur-mesure » de ce massage vont permettre de stimuler les cellules responsables du vieillissement cutané et vont, par leurs actions, estomper rides et ridules.

• MASSAGE GLOBAL ANTI-ÂGE 40 min **85 €**
Peaux matures présentant manque d'hydratation, perte d'éclat, relâchement cutané, présence de rides et ridules. Les manœuvres ciblées et toniques de ce massage vont agir efficacement sur l'ensemble des signes du vieillissement.

• SOIN CONTOUR DES YEUX 50 min **95 €**
Avec ce soin, oubliez les poches, les cernes, les rides et les ridules. Décongestionnant, régénérant, hydratant votre regard sera plus jeune et détendu.



NOS SOINS SPÉCIFIQUES
INTENSIFS ANTI-ÂGE

• SOIN GLOBAL ANTI-ÂGE PURE MER 1 h 30 **180 €**

Ce soin exclusif signature associe un massage anti-âge ciblé et personnalisé aux nouveaux produits premium cosmétique de la ligne PURE MER by Thermes Marins de Saint-Malo. Il agit sur l'ensemble des signes du vieillissement : manque d'hydratation, perte d'éclat, relâchement cutané, présence de rides et ridules et apporte un résultat immédiat et visible.

• SOIN FERMETÉ MARINE 1 h 30 **130 €**

Peaux matures présentant un manque de fermeté. Complété par un massage raffermissant tonique et stimulant, ce soin va agir comme un véritable tenseur.

• SOIN ANTI-RIDES MARIN 1 h 30 **130 €**

Peaux matures présentant rides et ridules. La combinaison des principes actifs et du massage anti-rides ciblé va favoriser les échanges et regonfler rides et ridules. Votre peau est régénérée, lissée. Rides et ridules sont visiblement estompées.

Tous nos soins existent en forfaits de 3 • 5 • 10 séances.

Tous nos soins du visage sont accessibles aux femmes enceintes.

NOS SOINS **CORPS**

NOS **GOMMAGES CORPS**

• NOTRE SÉLECTION DE GOMMAGES CORPS 30 min **69 €**

Réveillez l'éclat de votre peau : nous avons créé pour vous les meilleurs gommages aux bienfaits et vertus venus d'ailleurs, pour retrouver une peau douce, nette et fraîche. Par leur action exfoliante, les gommages optimisent la pénétration des principes actifs de tous les soins.

- Gommage Granité Noni et Coco
- Gommage aux Éclats d'Ambre de la Baltique
- Gommage à la Poudre de Lave
- Gommage au Sel et Argile Marine
- Gommage Coquilles d'Huîtres & Lotus Sacré

NOS **MASQUES CORPORELS**

• NOTRE SÉLECTION DE MASQUES CORPORELS 40 min **75 €**

Véritables cocons de chaleur, de bien-être et de douceur : l'ensemble de nos masques corporels s'accompagne d'un massage décontractant des épaules, de la nuque et du cuir chevelu.

- Masque Corporel Papaye et Figue de Barbarie
- Masque Corporel Cocooning à l'Algue Polaire
- Masque Corporel aux Fleurs d'Hibiscus
- Masque Corporel aux Terres Volcaniques
- Masque Corporel aux Algues et Plantes de bord de mer
- Masque Corporel Mousse de Coton

NOS **MASSAGES CORPS**

• MASSAGE RELAXANT 1 h 00 **125 €**
Véritable invitation au bien-être, ce massage effectué sur l'ensemble du corps libère les tensions et favorise une détente profonde.

• MASSAGE BIEN-ÊTRE ET SOMMEIL 40 min **98 €**
Ce massage, effectué sur la face arrière du corps, alterne digito-pressions sur le circuit énergétique, manœuvres profondes et manœuvres vibratoires en phase avec la respiration. Il favorise le lâcher-prise, dénoue les tensions, améliore le sommeil et l'efficience de l'état de veille.

• SOIN DÉTENTE DOS 50 min **108 €**
Soin complet du dos, avec nettoyage purifiant suivi d'un massage aux manœuvres profondes et relaxantes.

• MASSAGE VENTRE 30 min **70 €**
Les manœuvres circulatoires et drainantes favorisent la détente, le bien-être et l'élimination des tensions.

• MASSAGE DÉTOX 50 min **95 €**
Ce massage drainant est idéal après des excès. Il favorise efficacement l'élimination des toxines. Lent, doux et enveloppant, il permet un véritable moment de détente.

• MASSAGE DÉTENTE MUSCULAIRE 1 h 10 **165 €**
Ce massage décontracturant, aux manœuvres profondes et puissantes, favorise la détente musculaire et un relâchement profond. Cette alliance de mobilisations passives et de pressions est particulièrement appréciée par les sportifs, il redonne énergie et vitalité.

• MASSAGE GRANDE RELAXATION À 4 MAINS 1 h 00 **185 €**
Deux esthéticiennes, de façon synchronisée et rythmée, effectuent des manœuvres profondes et relaxantes sur l'ensemble du corps.

• MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES 1 h 10 **138 €**

Ce massage aux pierres chaudes fait partie des sciences du monde oriental. Les pierres de massage sont utilisées pour l'harmonisation des flux énergétiques ainsi que pour la relaxation musculaire. Elles atténuent le stress, délient les nœuds et équilibrent les énergies négatives.

• MASSAGE RELAXANT INDIEN 1 h 10 **148 €**

Ce massage corporel aux huiles est particulièrement doux et apaisant. Idéal pour les personnes ressentant une grande fatigue, il détend, revitalise et améliore les circulations sanguine et lymphatique.

• MASSAGE ÉNERGÉTIQUE TRADITIONNEL CHINOIS 1 h 00 **150 €**

Pour un véritable rééquilibrage énergétique. Ce massage active la circulation des méridiens qui véhiculent l'énergie vitale. La digito-pression des points d'acupuncture permet de lever les barrages qui empêchent la libre circulation des énergies.

• MASSAGE AYURVÉDIQUE INDIEN 1 h 10 **165 €**

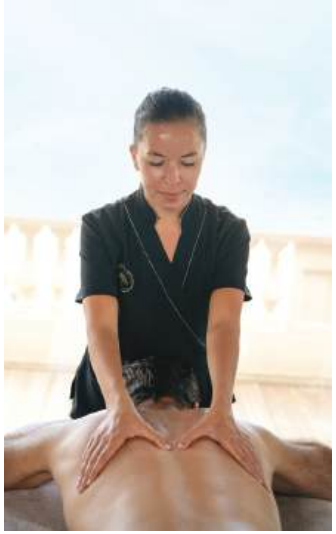
Ce massage, issu de la médecine indienne ancestrale, harmonise le corps et l'esprit. Il apaise les tensions et redonne énergie et vitalité. Les manœuvres stimulantes et le travail profond des points énergétiques restaurent l'équilibre des énergies. On parle de « nettoyage du corps ».

• MASSAGE BALINAIS 1 h 10 **175 €**

Ce massage est la combinaison harmonieuse d'un massage profond et de manoeuvres lentes et enveloppantes. Il allie puissance et douceur en s'inspirant des techniques chinoises et indiennes. Véritable « nettoyage du corps », ce massage est équilibrant, vivifiant et relaxant.

• NOUVEAU SOIN FUTURE MAMAN 1 h 10 **150 €**

Ce soin, spécialement conçu pour les femmes enceintes, apporte une grande détente, diminue les tensions, soulage les jambes lourdes, donne un coup d'éclat à votre peau et réduit les signes de fatigue. Un vrai moment pour soi en attendant bébé ! Du 4e au 7e mois inclus.



NOS **RÉFLEXOLOGIES**

• RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE 50 min **105 €**
Ce massage, véritable stimulant des zones réflexes du pied, favorise la relaxation, l'amélioration du sommeil et de la circulation veineuse, l'élimination des toxines et le rééquilibrage énergétique.

• RÉFLEXOLOGIE CRÂNIENNE ÉMOTIONNELLE 40 min **90 €**
Ce soin apporte une profonde relaxation, favorise le sommeil et permet un relâchement des tensions. Idéal pour les personnes ayant des difficultés à trouver le sommeil, ressentant une grande fatigue et souhaitant retrouver de la vitalité.

• RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ÉMOTIONNELLE 1 h 00 **110 €**
Ce soin libère les émotions contenues, permet de retrouver un bon équilibre énergétique et d'unifier le corps et l'esprit. Idéal pour les personnes souhaitant s'ouvrir à un nouveau bien-être intérieur.

• TOTAL ÉQUILIBRE 1 h 20 **142 €**
Véritable stimulation des terminaisons nerveuses, ce soin apporte bien-être et équilibre. Il se compose d'une réflexologie plantaire, d'un massage des mains et d'un massage du cuir chevelu.

• RÉFLEXOLOGIE ÉMOTIONNELLE DES MAINS 1 h 00 **110 €**
Ce soin favorise un retour à la sérénité, apaise les tensions. La stimulation des zones réflexes de la main libère des endorphines de bonheur. Idéal pour les personnes ayant un stress permanent ou vivant une période un peu difficile.

• RÉFLEXOLOGIES ÉMOTIONNELLES TOTAL BIEN-ÊTRE 2 h 00 **235 €**
Un voyage au cœur de vos émotions, véritable massage pour un lâcher-prise total des 3 grandes zones réflexes : la tête, les mains et les pieds. L'organisme est retonifié et l'esprit apaisé.

NOS SOINS **AMINCISSANTS - RAFFERMISSANTS**

• CELLU M6® ALLIANCE 50 min **86 €**

Ce soin va vous permettre d'harmoniser efficacement votre silhouette. Technique incontournable pour déstocker, resculpter et raffermir. Combinaison Cellu M6® obligatoire 28 € (offerte à partir de 10 séances).

3 séances : 245 € . 5 séances : 387 € . 10 séances : 731 €

• SOIN AMINCISSANT AUX ACTIFS MARINS 1 h 00 **95 €**

Riche en fucus, ce soin lutte efficacement contre les rondeurs superflues et relance le métabolisme, pour affiner et redynamiser l'organisme.

3 séances : 270 € . 5 séances : 427 € . 10 séances : 807 €

• SOIN ACTIV' MINCEUR 1 h 00 **95 €**

2 actions pour un résultat optimal : déstocker la graisse et lisser la peau d'orange. Duo parfait des manœuvres du massage chinois et des ventouses pour relancer le métabolisme et voir sa silhouette s'affiner de façon significative.

3 séances : 270 € . 5 séances : 427 € . 10 séances : 807 €

• SOIN DÉTOXIFIANT SILHOUETTE 1 h 20 **140 €**

Véritable déclencheur minceur, ce soin associe un enveloppement favorisant la sudation et un massage drainant, pour une sensation de légèreté et une silhouette affinée.

3 séances : 399 € . 5 séances : 630 € . 10 séances : 1190 €

NOS SOINS **DRAINANTS ET CIRCULATOIRES**

• DRAINAGE ESTHÉTIQUE MANUEL 1 h 00 **105 €**

Ce soin va agir efficacement contre la rétention d'eau, améliorer la circulation sanguine, et affiner votre silhouette.

• MASQUE DÉTOX 40 min **75 €**

Véritable boosteur minceur, cet enveloppement favorise la sudation et la détoxification. Il est accompagné d'un massage relaxant du cuir chevelu.

• SOIN JAMBES LÉGÈRES AVEC DRAINAGE ESTHÉTIQUE MANUEL 1 h 20 **140 €**

Ce soin complet va vous permettre de retrouver des jambes légères, le drainage va lutter contre la rétention d'eau et l'enveloppement cryogène va tonifier les capillaires fragilisés et renforcer leur action.

Tous nos soins existent en forfaits de 3 • 5 • 10 séances.

NOS EXPÉRIENCES **BIEN-ÊTRE**

NOS FORFAITS **EN DUO**

EN CABINE DUO PREMIUM

• DUO EN AMOUREUX — **248 € /pers.**

• Bain Relaxant	20 min
• Massage Corps Relaxant	1 h 00
• Massage Visage Relaxant	30 min

• Coupe de champagne ou jus de fruits et gourmandises

En cadeau : Écrin de chocolat / 2 pers.

• RÊVE D'O — **299 € /pers.**

• Bain Relaxant	20 min
• Gommage Corps Coquilles d'Huîtres & Lotus Sacré	30 min
• Massage Corps Relaxant Indien	1 h 10
• Massage Visage Relaxant	30 min

• PARENTHÈSE À DEUX — **355 € /pers.**

• Bain Relaxant	20 min
• Masque Corporel Mousse de Coton	40 min
• Massage Bien-être et Sommeil	40 min
• Réflexologie Plantaire	50 min
• Massage Visage Relaxant	30 min

EN CABINE DUO

• DUO ENTRE AMI(E)S — **168 € /pers.**

• Massage Visage Relaxant	30 min
• Massage Corps Relaxant	30 min

• Accès Aquatonic

En cadeau : un coffret Éclat du Visage

• DUO MÈRE-FILLE (À PARTIR DE 14 ANS) — **230 € /PERS.**

• 1 Soin Visage au choix : Pureté Marine ou Hydratation Marine	1 h 10
• Massage Corps Relaxant	30 min

• En-cas au Bar La Passerelle (club sandwich ou tarte salée, café gourmand, jus de fruits frais)

• Accès Aquatonic

En cadeau : un coffret Éclat du Visage

• DUO PARENT / ENFANT (8 - 14 ANS)

• 1 Massage Visage	30 min	**65 € /pers.**
• 1 Massage Corps	30 min	**75 € /pers.**

Soins Spa enfant avec les produits :

TOOFRUIT
Les soins pour enfants

NOS **ÉVASIONS MARINES**

• BALADE SCANDINAVE

• Gommage Corps aux Éclats d'Ambre de la Baltique	30 min
• Massage Corps Relaxant	1 h 00
• Soin Visage Hydratation Marine	1 h 10
3 soins	**270 €**
1/2 journée	**300 €**
Journée*	**346 €**

• ESCALE MARINE

• Soin Visage Oxygénation Marine	50 min
• Soin Détente Dos	50 min
• Masque Corporel aux Algues et Plantes de Bord de Mer	40 min
3 soins	**250 €**
1/2 journée	**280 €**
Journée*	**326 €**

Un cadeau offert pour l'achat d'un forfait Évasion !

La 1/2 journée comprend :
- 3 soins au Spa des Thermes
- 1 entrée au Parcours Aquatonic, au Sauna et au Hammam

La journée comprend :
- 3 soins au Spa des Thermes
- 1 entrée au Parcours Aquatonic, au Sauna et au Hammam
- 1 déjeuner émeraude 2 plats (entrée + plat ou plat + dessert) au restaurant le Cap Horn (hors boissons).

*Valable uniquement hors jours et week-end fériés.

• VOYAGE AU CŒUR DES VOLCANS

• Gommage Corps à la Poudre de Lave	30 min
• Massage Corps aux Pierres Chaudes	1 h 10
• Masque Corporel aux Terres Volcaniques	40 min
3 soins	**253 €**
1/2 journée	**283 €**
Journée*	**329 €**

• ÉCHAPPÉE TROPICALE

• Gommage Corps Granité Noni & Coco	30 min
• Massage Corps Relaxant Indien	1 h 10
• Masque Corporel Papaye et Figue de Barbarie	40 min
3 soins	**260 €**
1/2 journée	**290 €**
Journée*	**336 €**

NOS **RÉGATES MALOUINES**

RÉGATE GRANDE DÉTENTE

- Gommage Corps Granité Noni et Coco — 30 min
- Massage Corps Détente Musculaire — 1 h 10
- Massage Visage Relaxant — 30 min
- Masque Corporel aux Fleurs d'Hibiscus — 40 min

• GRANDE DÉTENTE BIEN-ÊTRE — 335 €
4 soins Spa

• GRANDE DÉTENTE INTENSE — 360 €
4 soins Spa et 1 entrée au Parcours Aquatonic, Sauna et Hammam

• GRANDE DÉTENTE PRESTIGE* — 406 €
4 soins Spa, avec un déjeuner émeraude 2 plats au Restaurant Le Cap Horn (hors boissons) et 1 entrée au Parcours Aquatonic, Sauna et Hammam

RÉGATE GRANDE SÉRÉNITÉ

- Gommage Corps à la Poudre de Lave — 30 min
- Massage Corps aux Pierres Chaudes — 1 h 10
- Massage Visage Oxygénant — 40 min
- Réflexologie Plantaire — 50 min
- Masque Corporel aux Terres Volcaniques — 40 min

• GRANDE SÉRÉNITÉ BIEN-ÊTRE — 415 €
5 soins Spa

• GRANDE SÉRÉNITÉ INTENSE — 475 €
5 soins Spa avec 2 entrées au Parcours Aquatonic, Sauna et Hammam

• GRANDE SÉRÉNITÉ PRESTIGE* — 521 €
5 soins Spa avec un déjeuner émeraude 2 plats au Restaurant Le Cap Horn (hors boissons) et 2 entrées au Parcours Aquatonic, Sauna et Hammam

RÉGATE GRANDE RELAXATION

- Gommage Corps aux Éclats d'Ambre de la Baltique — 30 min
- Soin Détente Dos — 50 min
- Soin Visage Hydratation Marine — 1 h 10
- Soin Total Équilibre — 1 h 20
- Massage Corps Grande Relaxation à 4 mains — 1 h 00
- Masque Corporel Cocooning à l'Algue Polaire — 40 min

• GRANDE RELAXATION BIEN-ÊTRE — 620 €
6 soins Spa

• GRANDE RELAXATION INTENSE — 710 €
6 soins Spa avec 3 entrées au Parcours Aquatonic, Sauna et Hammam

• GRANDE RELAXATION PRESTIGE* — 756 €
6 soins Spa avec un déjeuner émeraude 2 plats au Restaurant Le Cap Horn (hors boissons) et 3 entrées au Parcours Aquatonic, Sauna et Hammam

SOINS ESTHÉTIQUES

Nos soins des mains et des pieds :

Manucurie	à partir de 55 €
Beauté de pieds	à partir de 55 €
Pose de vernis	à partir de 20 €
Nos épilations	à partir de 15 €

Il est vivement recommandé de ne pas réserver vos rendez-vous épilation juste après des activités aquatiques telles que soins de thalassothérapie, piscine...

Un cadeau offert pour l'achat d'un forfait Régate !

*Valable uniquement hors jours et week-end fériés. Menu Déjeuner Émeraude 2 plats (entrée + plat ou plat + dessert), hors boissons.

TARIFS **COIFFURE**

• FORFAIT FEMME	Courts	Longs
Shampooing, brushing	34 €	42 €
Shampooing, brushing lumière	44 €	52 €
Shampooing, coupe, brushing	50 €	58 €
Shampooing, coupe, brushing lumière	60 €	68 €

• FORFAIT HOMME	Courts
Shampooing, coupe, coiffage	32 €

• SERVICE À LA CARTE	Courts	Longs
Coloration	45 €	55 €
Flash brillance	70 €	80 €
Balayage brillance	90 €	100 €
Duo balayage brillance	110 €	120 €
Forfait mariée	à partir de 250 €	

VOTRE DIAGNOSTIC DE CHEVEUX PERSONNALISÉ

Grâce à la technologie K-SCAN, alimentée par l'IA, nous analysons la nature de vos cheveux et votre cuir chevelu afin de vous proposer le soin le plus adapté à vos besoins.

• SERVICE BALAYAGE BRILLANCE

Tarifs sur devis

Ombre et lumière Balayage lumière
Flash Effet soleil

• SERVICE COLORATION

Tarifs sur devis

Coloration durable sans ammoniaque
(huile d'argan et thé vert antioxydant)
Soin pigmentant sublime balayage ou coloration
Gloss brillance intense

NOS SOINS **SHU UEMURA**

ART OF HAIR

VIVEZ L'EXPÉRIENCE DU **LUXE CAPILLAIRE** VENUE DE TOKYO

L'art des cérémonies de mise en beauté des cheveux. Inspirée de la cérémonie du thé japonaise, chaque étape est chorégraphiée avec des gestuelles inspirées du Shiatsu pour laisser les cheveux, l'esprit et le corps en parfaite harmonie.

• MOMENT CÉRÉMONIE — 15 min — **31 €**
Pour découvrir l'art de mise en beauté des cheveux et la gestuelle Shiatsu.

• MASTER CÉRÉMONIE — 25 min — **50 €**
Un mélange personnalisé de sérums à dosage professionnel pour répondre aux besoins essentiels de chaque chevelure.

• DEEP CÉRÉMONIE — 50 min — **95 €**
Un voyage initiatique pour une mise en beauté totale des cheveux, en harmonie avec le corps et l'esprit.

• MASSAGE CUIR CHEVELU — 20 min — **40 €**
Véritable moment de détente et de bien-être, ce massage nourrissant et protecteur à l'huile de camélia, préserve vos cheveux de la déshydratation.

VOTRE SUIVI BEAUTÉ

Poursuivez votre routine capillaire à la maison sur les conseils de votre coiffeur.
DEMANDEZ À VOTRE COIFFEUR LA GAMME FAITE POUR VOUS !

L'EXCEPTION **KÉRASTASE**

SOINS PROFONDS SUR-MESURE

• LE SOIN FUSIO DOSE – 2 SEMAINES D'INTENSITÉ Des actifs sur-mesure pour une transformation instantanée. 2 soins choisis et un cocktail préparé sous vos yeux par votre coiffeur.	10 min	**26 €**
• LE SOIN FUSIO-MASQUE – 3 SEMAINES D'INTENSITÉ Un soin en profondeur semi-permanent. Fusio-dose + masque fixateur.	15 min	**46 €**
• LE SOIN FUSIO-EXTRÊME – 4 SEMAINES D'INTENSITÉ 2 cocktails fusio-dose pour une transformation extrême de votre chevelure.	25 min	**72 €**
• LE SOIN KÉRATHERMIE – 6 SEMAINES D'INTENSITÉ Régénération intense et durable de votre chevelure. Brillance ultime.	60 min	**125 €**
• LE SOIN KÉRATHÉRAPIE – 8 SEMAINES D'INTENSITÉ Un soin « chirurgie », réparation globale et ciblé de vos cheveux. Douceur ultime.	60 min	**145 €**
• LE SOIN PREMIÈRE – 5 SEMAINES D'INTENSITÉ Un soin révolutionnaire, concentré d'actifs purs innovants pour 99% de réparation profonde et durable. Révélateur d'éclat.	30 min	**80 €**
• LE SOIN CHRONOLOGISTE – 5 SEMAINES D'INTENSITÉ Un soin revitalisant jeunesse, enrichi d'acide hyaluronique. Vitalité instantanée.	30 min	**80 €**

L'EXPÉRIENCE **KÉRASTASE**

DÉCOUVREZ L'EXPÉRIENCE D'UN **RITUEL KÉRASTASE**

UN DIAGNOSTIC PRÉCIS
de vos cheveux
et de votre cuir chevelu

L'APPLICATION
de 2 bains, 1 soin
et un texturisant
PERSONNALISÉS

accompagnés d'une
GESTUELLE BIENFAISANTE
pour vous faire vivre un véritable
moment de bien-être.

BAIGNER
Prélude au soin

TRAITER
La parenthèse du soin

TEXTURISER
La mise en beauté de la matière.

NOS IDÉES **CADEAUX**

À **OFFRIR** OU À **S'OFFRIR**

Découvrez nos bons et coffrets cadeaux 100% détente et bien-être avec des prestations Thalasso & Spa mais aussi des escales gourmandes, des courts-séjours en hôtel et résidence à Saint-Malo...

DESTINATION SAINT-MALO

- 4 coffrets cadeaux valables 2 ans
- Prestations au choix : week-end, Thalasso, Spa, Aquatonic, Golf, gastronomie, hôtels et résidences du 3 au 5 étoiles

www.**coffret.st-malo.**com

AQUATONIC

- 4 coffrets cadeaux valables 2 ans
- Prestations au choix : Spa, détente et bien-être
- Destinations au choix : Aquatonic de Saint-Malo, Rennes, Nantes ou Paris

www. **aquatonic.**fr/cadeau

BONS CADEAUX

- Bons cadeaux valables 12 mois
- E-bons cadeaux valables 12 mois
- 89 prestations : Séjours, soins, forfaits de Thalasso, Spa, Coiffure, Aquatonic, Gastronomie et chèques cadeaux

www. **boutique-thalassotherapie.**com

INFORMATIONS **PRATIQUES**

RÉSERVEZ VOS SOINS THALASSO ET SPA À L'AVANCE

CONTACTEZ LE SERVICE CLIENTÈLE AU 02 99 40 75 00
Ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 20 h, le samedi et dimanche de 9 h 30 à 18 h 30

PEIGNOIR / DRAP DE BAIN
Un peignoir et un drap de bain sont à votre disposition au vestiaire.
Merci de vous munir d'une paire de sandales en plastique, de votre bonnet de bain et maillot de bain.

CONTRE-INDICATIONS
Certains soins peuvent présenter des **contre-indications**, notamment pour les **femmes enceintes** et **certaines pathologies**. Demandez conseil à notre équipe.

ANNULATION
Toute annulation devra être signifiée au moins 24 h avant le début des soins.
Dans le cas contraire, les soins seront intégralement facturés.

ACCUEIL THALASSOTHÉRAPIE
02 99 40 75 00

HORAIRES D'OUVERTURE*
- Du lundi au samedi de 8 h à 18 h 45
- Le dimanche de 8 h à 12 h 15

ARRIVÉE EN SOIN
Merci de vous présenter 30 min avant le début des soins.

ARRIVÉE TARDIVE
Toute arrivée tardive entraînera l'annulation du soin, sans possibilité de remboursement.

AQUATONIC / CLUB FORME
02 99 40 75 33

HORAIRES D'OUVERTURE
- Du lundi au samedi de 9 h à 20 h
- Le dimanche de 9 h à 19 h

*Ouvert les jours fériés (sauf le 25 décembre et le 1er janvier).

SPA
02 99 40 75 23

HORAIRES D'OUVERTURE*
- Du lundi au samedi de 9 h à 19 h
- Le dimanche de 9 h à 13 h

ARRIVÉE EN SOIN
Merci de vous présenter 15 min avant le début des soins.

ARRIVÉE TARDIVE
Une arrivée tardive ne pourra pas entraîner une prolongation des soins.

DURÉE DES SOINS
La durée des soins comprend votre accueil, votre temps d'habillage et de déshabillage ainsi que pour certains soins, un temps de repos nécessaire d'environ 5 min.

COIFFURE
02 99 40 75 25

HORAIRES D'OUVERTURE*
- Du lundi au jeudi de 9 h à 18 h
- Vendredi et samedi de 9 h à 19 h

LES THERMES MARINS DE SAINT-MALO • CS 11745 • 35417 SAINT-MALO CEDEX

Thalasso : 02 99 40 75 00 • resa@thalasso-saintmalo.com
Spa : 02 99 40 75 23 • spa@thalasso-saintmalo.com
Aquatonic : 02 99 40 75 33 • saint-malo@aquatonic.fr
Coiffure : 02 99 40 75 25 • coiffure@thalasso-saintmalo.com

www.thalasso-saintmalo.com

IMPRIM'VERT®
PEFC
10-31-1154
LE TRI FACILE CATALOGUE BAC DE TRI

uhu - Crédits photos : Philippe Meunier Photographe, E. Margarita, S. Bourcier, M. Clauzier, Booyasan, Y. Werdefroy, L'Oréal, Kérastase, Shu Uemura, Thinkstock, Photothèque TMSM.

LES THERMES MARINS 1963 DE SAINT MALO