

LES COMPOSITIONS DE SAISON

# Vitalité hivernale

OBJECTIF

Booster son capital optimisme et se préparer au printemps



## DURÉE OPTIMALE

LA DURÉE PARFAITE POUR AVOIR DES RÉSULTATS SUR LE LONG TERME

*Nos Coups de cœur*

DE JANVIER À MARS 2025 - DE NOVEMBRE À DÉCEMBRE 2025

### VOTRE PROGRAMME SUR 4 JOURS

Soins par demi-journée en alternance matin et après-midi

#### Booster mon optimisme

- 1 rendez-vous Conseil Nutrition : comment bien s'alimenter en hiver
- 1 séance de Yoga Nidra ou de Méditation

#### Prendre soin de moi

- 1 soin visage Algologie (50 min)
- 1 modelage « Au bonheur du ventre »
- 1 modelage sous pluie marine

#### Me ressourcer en faisant le plein de vitamines et de minéraux

- 1 bain de mer hydromassant
- 1 détente sous pluie marine apaisante
- 2 enveloppements reminéralisants aux algues
- 1 séance jets sous-marins détente en séance partagée
- 1 douche à jet détente
- 1 drainage marin
- 1 hydrojet musicô relax

SOIN VISAGE ALGOLOGIE



MODELAGE AU BONHEUR  
DU VENTRE



YOGA NIDRA



4 jours

13 soins et activités  
4 nuits avec petit-déjeuner

#### AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1 036 €\* pour 4 jours / personne  
en chambre double standard côté Terre

#### SANS HÉBERGEMENT

À partir de 640 €\*  
pour 4 jours / personne

\* Voir détails et conditions sur [spa.accor.com](http://spa.accor.com).

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.