

NOS SOINS ESTHÉTIQUES

OUVERT
7 JOURS SUR 7
voir horaires

LINGE FOURNI - Merci d'arriver 1/4 d'heure avant le début de vos soins

SOINS DU CORPS	durée	prix
• Gommage du corps à la pierre d'Alun, huile de sésame, fleur d'oranger ou eau de rose	50 mn	53 €

SOINS DU VISAGE	prix
• Soin peau réactive (1h) NOUVEAU	59 €
• Soin oxygénant (1h) NOUVEAU	59 €
• Soin Alliance intensif personnalisé : Anti-âge ou Hydratant peau sèche ou Équilibrant peau grasse (1h)	59 €
• Soin spécifique personnalisé aux algues : Peau grasse ou Peau sèche ou Peau dévitalisée (1h)	49 €
• Soin du Désert : spécifique visage (savon noir, rhassoul, masque à la gelée royale) (1h)	50 €
• Modelage visage (30 mn)	30 €
• Teinture cils (30 mn)	15 €
• Teinture sourcils (20 mn)	11 €

SOINS DIVERS	prix
• Manucurie sans pose vernis (45 mn)	20 €
• Beauté des pieds (sans pédicurie) (45 mn)	27 €

EPILATIONS AUX CIRES CLASSIQUES	prix
• Épilation jambes entières (50 mn)	28 €
• Épilation 1/2 jambes ou bras (30 mn)	18 €
• Épilation aisselles ou maillot classique (15 mn)	12 €
• Épilation aisselles et maillot classique (30 mn)	22 €
• Épilation maillot échancré (brésilien) (30 mn)	18 €
• Épilation maillot intégral (30 mn)	21 €
• Épilation lèvres ou sourcils (15 mn)	9 €
• Épilation dos (50 mn)	23 €
Forfaits :	
• Épilation jambes entières + aisselles + maillot classique (1h20)	44 €
• Épilation 1/2 jambes + aisselles + maillot classique (1h)	35 €
• Épilation 1/2 jambes + aisselles ou maillot classique (45 mn)	27 €

DIMANCHES "SOINS THALASSO" 2010					
14/02	11/04	23/05	31/10	14/11	26/12
21/02	18/04	Hammam ouvert toute la journée Piscine, modelages thalasso ouvert le matin de 9h30 à 12h30			
28/02	25/04				

LES ATOUTS DE L'INSTITUT DE CURE MARINE

- Soins à base d'**algues fraîches**, infusées et cueillies face à l'Institut (spécialité de notre Cure Marine depuis 1860)
- Utilisation de la **spiruline** (extrait 100% naturel d'algues) pour les soins (unique en Thalassothérapie)
- Soins personnalisés en cure et au hammam
- **Thé et tisanes** bio à volonté
- **Eveil sensoriel et vue imprenable sur la mer** (ambiance, cadre atypique et convivial)
- **Accès direct à la plage en peignoir pour l'oxygénation** (facultatif)
- **Tarifs promotionnels : 4€ de réduction** par jour sur les cures avec réservation hôtelière, chez nos partenaires de Luc Sur Mer : Hôtel le Beau Rivage et l'Hôtel des Thermes.

POUR NOS CONDITIONS DE VENTES
VOIR NOTRE BROCHURE

Pour prendre rendez-vous ou demander conseil, notre équipe est à votre écoute au :
02 31 97 32 22

LA THALASSOTHÉRAPIE Le Hammam de la Mer



Relaxation face à la mer
Soins orientaux...
Modelages du monde...

Institut de Cure Marine de Luc sur Mer
2, rue Guynemer - B.P 2 - 14530 LUC SUR MER
www.thalasso-normandie.com
e-mail : accueil@thalasso-normandie.com
Tél. : 02 31 97 32 22 - Fax : 02 31 97 30 03

TARIFS 2010

Valables du 4 janvier 2010 au 2 janvier 2011 inclus

NOS CURES

avec bains aux algues de Luc-sur-mer !

... "en journées DÉTENTES" ...

...DÉCOUVERTE	Bien-être et décontraction	58 €
...SANTÉ-FORME	Anti-douleurs et destressant	85 € <i>Si inférieur à 5 jours</i>
		80 € <i>Si supérieur ou égal à 6 jours</i>
...ORIENTALE	Détente et beauté traditionnelle <i>Produits typiques d'Orient et du Maghreb</i>	89 €

Cures conseillées de 1 à 9 jours

... "en journées SPÉCIFIQUES..."

...POIDS-FORME	Diminution et drainage de la surcharge pondérale	89 €
...JEUNE MAMAN	Retonification des tissus <i>soins spécifiques du 4^{ème} au 7^{ème} mois de grossesse et 2 mois après l'accouchement.</i>	84 €
...JAMBES TONIQUES	Amélioration circulatoire veineuse	84 €
...DOS "ZEN"	Soulagement des tensions musculaires et articulaires	98 €

VOS SOINS EN 1/2 JOURNÉE
AVEC ACCÈS PISCINE ET
HAMMAM À LA JOURNÉE
POSSIBLES
(Merci d'arriver 1/4 d'heure
avant le début de vos soins)
Détail sur notre brochure

HORAIRES D'OUVERTURES 2010

- Hammam, modelages, soins esthétiques : ouvert 7 jours sur 7 (voir brochure horaires)
- Aquagym : du lundi au samedi (voir brochure horaires) • Piscine : du lundi au dimanche (voir brochure horaires)
- Soins de thalasso : 9h - 12h30 / 14h30 - 17h30 sauf mercredi, samedi après midi et dimanche (sauf certains dimanche spécial soins thalasso*)
- Jours fériés : Etablissement ouvert le matin uniquement • Fermeture annuelle du 3 au 9/01 inclus

• Important : certificat médical conseillé pour nos soins Thalasso ou Hammam

NOS SOINS THALASSO À LA CARTE

Merci d'arriver 1/4 d'heure avant le début de vos soins

SOINS THALASSO	A l'unité	Forfait 10	Nos forfaits ne sont pas nominatifs
• Bain aux algues fraîches de Luc SPECIALITE	33 €	297 €	Amincissant, antalgique, détoxiquant, reminéralisant
• Douche au jet	23 €	207 €	Stimulant tissulaire, tonifiant
• Application Fango boue volcanique ou boue d'algues ou boue marine du Mt Saint-Michel ou Pierres chaudes	31 €	270 €	Décontractant (Thermothérapie) Sudation, désincrustant Anti-inflammatoire
• Bain hydromassage SUPER	35 €	306 €	Relaxant
• Enveloppement de boue marine du Mt Saint-Michel + Bain aux algues de Luc	59 €	531 €	Antalgique Apaisant
• Enveloppement de boue d'algues marines + Extraits amincissants + Bain aux algues de Luc	59 €	531 €	Amincissant Elimination globale
• Enveloppement spécial jambes : Bain aux algues + Huiles essentielles + Boue d'algues marines	59 €	531 €	Régénérant circulatoire (Cryothérapie)
• Enveloppement sésame/huile/miel + Bain algues de Luc	59 €	531 €	Rééquilibrant et hydratant tissulaires.
• Enveloppement Lune de miel : Bain aux algues + Rassoul (corps) + Cristaux blancs et gelée royale (visage) + Lotion visage à la rose	63 €	567 €	Revitalisant et desincrustant.
• Pressothérapie (membres inférieurs)	14 €	126 €	Drainage des membres inférieurs, decongestionnant
• Piscine libre (prix spécial SOINS THALASSO À LA CARTE)	12 €	108 €	
• Hammam libre (prix spécial SOINS THALASSO À LA CARTE)	14 €	126 €	

TOTALISEZ 10 soins et bénéficiez pour chacun du prix forfaitaire

LA PISCINE & L'AQUAGYM

EN EAU DE MER CHAUDE

Linge fourni sauf aquagym

Abonnements

NOMINATIF DE DATE À DATE

PISCINE / HYDROJET (ENFANTS À PARTIR DE 12 ANS) - Linge fourni	A l'unité	Forfait 10	1 semaine	1 mois	3 mois	6 mois	1 an
			6 jours				
• A l'unité et par forfait de 10	14 €	126 €	/	/	/	/	/
• Une fois par semaine	/	/	/	44 €	116 €	167 €	307 €
• A volonté	/	/	75 €	110 €	174 €	253 €	368 €
• Parcours hydrojet + hammam	28 €	225 €	145 €	266 €	532 €	/	/

AQUAGYM

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE COURS

1 séance

6 séances

12 séances

• Aquagym + Hydrojet (1 h maxi) (FORFAIT PEIGNOIR 1 AN : 20 €)	16 €	65 €	120 €
• Aquagym + Hydrojet (1 h maxi) + Hammam libre	33 €	123 €	240 €

NOS SOINS DE KINÉSITHÉRAPIE

Merci d'arriver 1/4 d'heure avant le début de vos soins

• Massage / Rééducation (Sur prescription médicale) Soin à sec et piscine (parcours aquatique) Kinésithérapie non conventionnée	35 € la séance de 20 mn (accès piscine libre)
---	--

• Physiothérapie ANTI-DOULEURS - LASER MILTA - Laser, infrarouge, magnétisme, chromothérapie	22 € la séance de 20 mn
• Physiothérapie VEINOLOGIE - DATAVEIN - Traitement de la paroi veineuse : électro stimulation	

NOS SOINS DU HAMMAM DE LA MER

OUVERT
7 JOURS SUR 7
voir horaires

Peignoir et "fouta" fournis (sauf maillot de bain et serviettes) - Sandales conseillées (sol pouvant glisser)

SOINS ORIENTAUX ET AFRICAINS	A l'unité	Forfait 5	Forfait 10
		non nominatif	
• Le Hammam libre adulte	18 €	75 €	145 €
• Le Hammam libre 12/18 ans	13 €	55 €	104 €
• Le Hammam libre + gommage du Maghreb (savon noir Beldi)	36 €	150 €	269 €
• Le Hammam libre + lissage du corps (à la crème d'algues et huile aux fruits)	38 €	160 €	304 €
• Le RITUEL : Hammam libre + gommage du Maghreb + rhassoul + réhydratation peaux normales - le tonique : nature... - le relaxant : jasmin... - l'aminçissant : ylang ylang... }	58 €	220 €	384 €
• Le BERBERE : Hammam libre + lissage/gommage de l'Atlas céréales miel... peaux sensibles + aspersion d'eau de fleur d'oranger	56 €	218 €	380 €
• Le PEUL : Hammam libre + lissage/gommage Africain tête aux pieds, beurre de karité... peaux mixtes			
• Le JAVANAIS : Hammam libre + lissage/gommage Asiatique au riz, épices et yaourt ou eau de rose peaux normales et sensibles Soin Lulur	Merci d'arriver 1/2 d'heure avant la préparation de vos soins		
• Pour curistes et forfaits du hammam		Pour tous les soins du hammam, le gant de gommage (kassa) est obligatoire = 6 €	
• Le gommage	18 €		
• Le lissage du corps à la crème d'algues et huile aux fruits	20 €		
• Le soin RITUEL tonique, relaxant ou aminçissant	40 €		
• Le soin BERBÈRE	38 €		
• Le soin PEUL			
• Le soin JAVANAIS			

LES ATOUTS DU HAMMAM

TROIS SALLES TYPIQUES (parcours traditionnel) • BASSIN D'EAU DE MER (fraîche) en pièce chaude • Thé vert à la menthe à volonté (dans le hammam)
• Quartiers d'oranges • Linge fourni (sauf gant de gommage) • Vue sur mer
Important : Un certificat médical d'aptitude est conseillé pour nos soins Hammam

NOS MODELAGES DU CORPS

OUVERT
7 JOURS SUR 7
voir horaires

Merci d'arriver 1/4 d'heure avant le début de vos soins - peignoir et serviette fournis

LES MODELAGES "ESSENTIELS" aux huiles essentielles menthe... ravintsara... et végétales	Le modelage	+ piscine hydrojets et hammam	Forfait 10 modelages + piscines hydrojets et hammams non nominatif
• LOCALISÉS { dos et pieds (énergisant) tête, dos, pieds, mains (défatigant)	33 € (20 mn)	50 €	426 €
	54 € (40 mn)	70 €	630 €
LES MODELAGES COMPLETS DU CORPS à l'huile de sésame bio chaude	Le modelage	+ piscine hydrojets et hammam	Forfait 10 modelages + piscines hydrojets et hammams
• AYURVÉDIQUE abhyanga traditionnel Indien, doux et relaxant	71 € (1 heure)	86 €	774 €
• BALINAIS traditionnel indonésien, stimulant et décontractant			
• PIERRES CHAUDES traditionnel hawaïen (basalte), reharmonise les énergies, stimule le métabolisme			
ENDERMOLOGIE : Cellu M6			
Durée : 30 minutes Traitement cellulite, capitons, cicatrices - appoints des excès de poids	51 € la séance de 30 mn	488 € les 10 séances	