



## Oui, on peut se jeter à l'eau en toute sécurité

La Covid-19 ne circule pas dans l'eau minérale ni dans ses dérivés que sont le gaz, les vapeurs ou les boues thermales. Avec les mesures barrières draconiennes émanant des instances publiques et professionnelles, et le renforcement des protocoles de désinfection des postes de soin après chaque passage de curiste, le risque est infime. Pour preuve, aucun cluster n'a été recensé depuis la réouverture des Centres fin mai 2020.

Le virus n'aime pas non plus l'eau de mer. Une étude publiée en juillet 2020 par l'IFREMER a révélé que le coronavirus Sars-Cov-2 n'est pas présent dans l'eau de mer ni dans les coquillages d'ailleurs.



## Quelques suggestions d'escapades de 1 jour à 5 jours

### *Du côté des Thalassos :*

Les Centres THALAZUR proposent 3 jours, 3 nuits, 9 soins pour recharger l'organisme dans leur nouvelle « Escale Immunité Marine » avec enveloppements, bains, douches à jet et des soins boostés en magnésium marin pour un bon fonctionnement du système nerveux. Ce minéral agit sur les troubles du sommeil, les crampes, les palpitations. On en revient détoxifié, reminéralisé et relaxé.

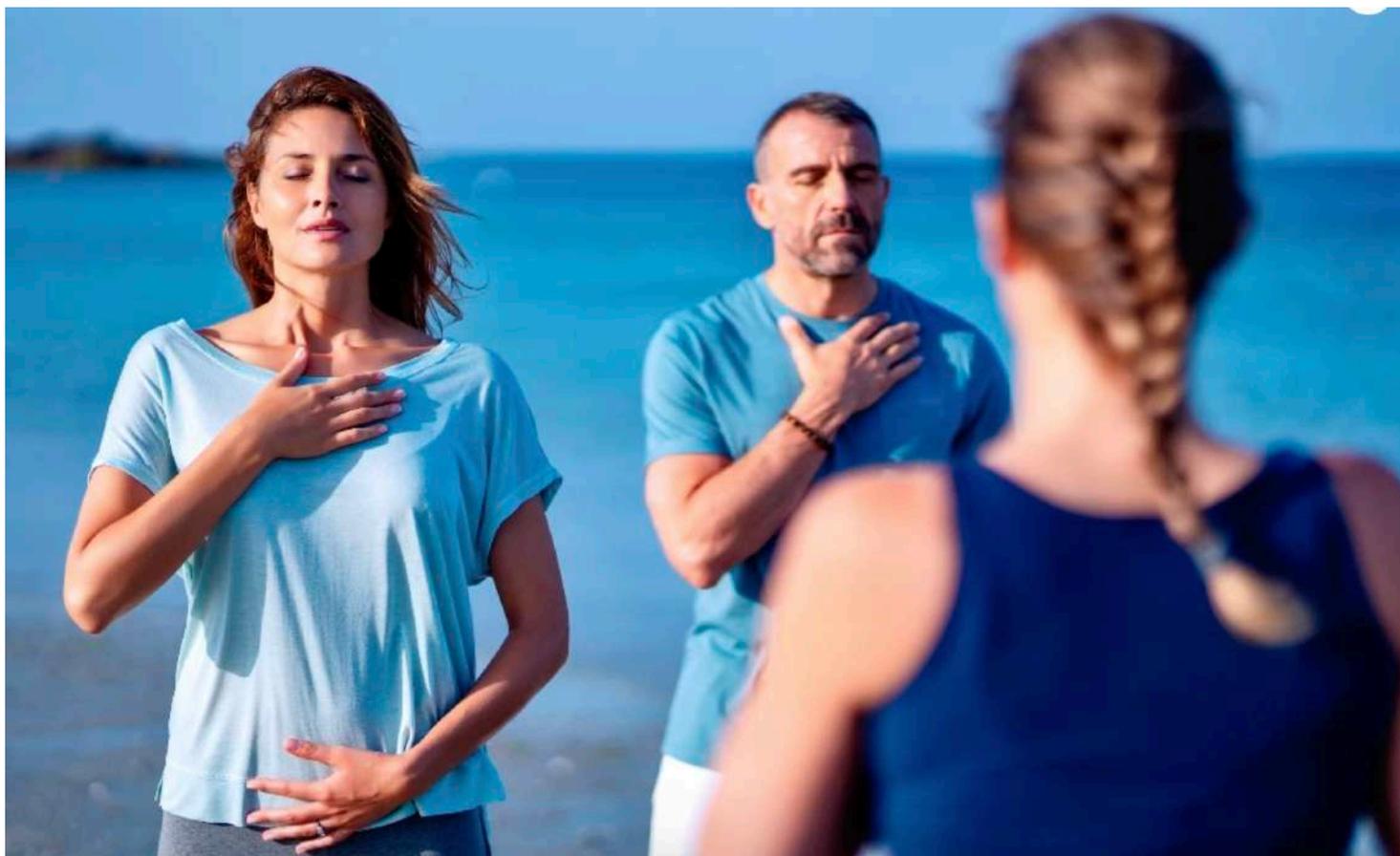
THALAZUR Arcachon dans son Escale Detox de 3 jours nous propose de faire peau neuve en éliminant les toxines accumulées, sources de fatigue, prise de poids et teint terne.

[www.thalazur.fr](http://www.thalazur.fr)



Le SPA MARIN de CONCARNEAU nous invite à reminéraliser notre organisme et le détoxifier avec son Escapade Reminéralisante sur 1, 2 ou 3 jours : soins d'eau de mer, d'algues et massages enrichis en magnésium reboostent le bien-être à la fois physique et psychique. Si vous pouvez partir 6 jours, les bénéfices seront décuplés avec un programme premium de 24 soins (modelage relaxant à la gelée pure d'eaux-mères de Guérande par exemple et compléments aux algues offerts en chambre).

[www.concarneau-thalasso.com](http://www.concarneau-thalasso.com)



La THALASSO SERGE BLANCO à Hendaye s'appuie sur un retour à la sagesse asiatique dans sa Pause Corps & Âme axée sur les organes vitaux pour un nettoyage physique, émotionnel et psychique : un renouvellement global de l'être basé sur une régénérescence énergétique. Sur 4 jours, 12 soins thalasso & Evasion. 2 rendez-vous avec un praticien psychocorporel prévus à l'arrivée et au départ.

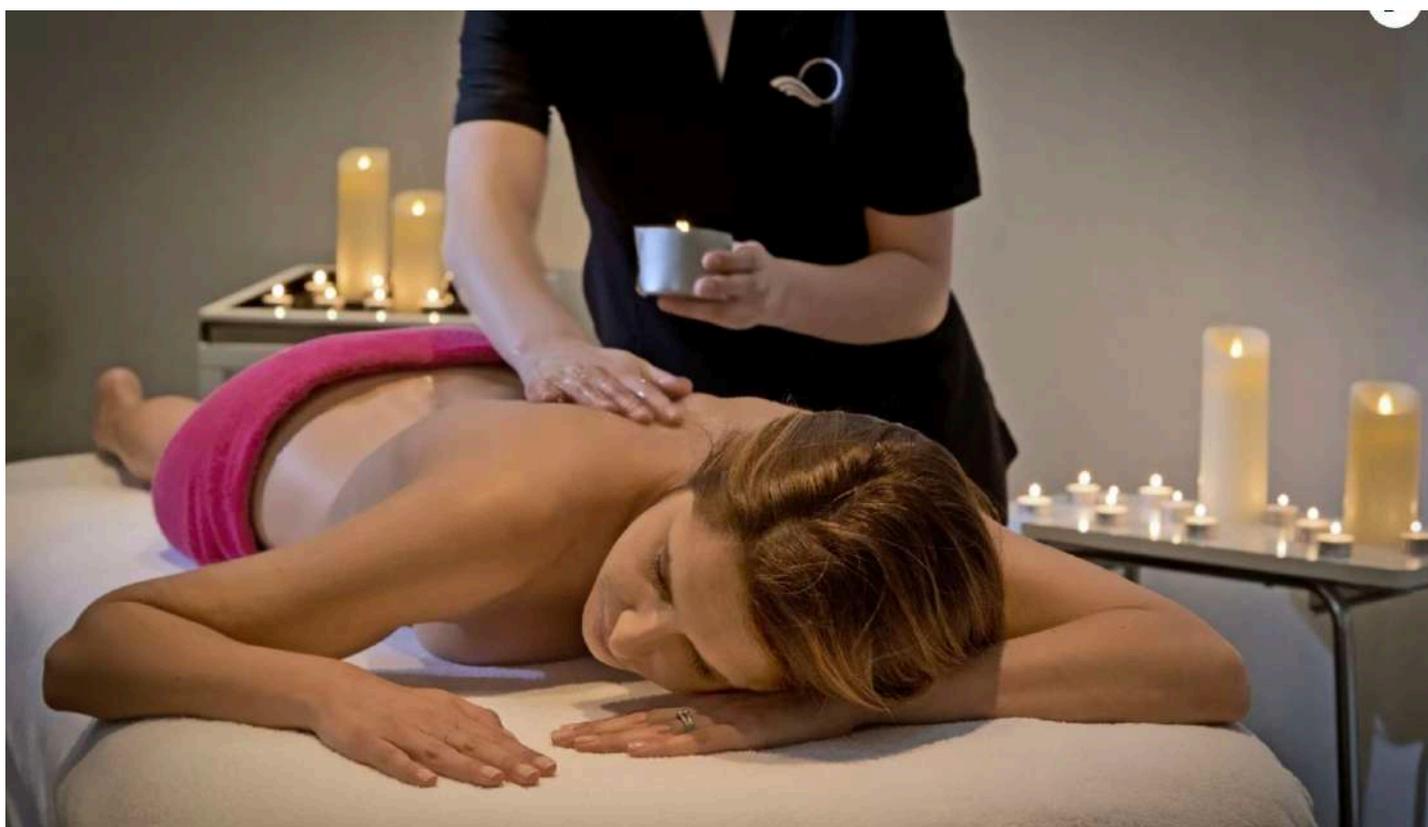
Harmonie Corps & Esprit, Pause Corps & Âme.

[www.thalassoblanco.com](http://www.thalassoblanco.com)



Le MIRAMAR LA CIGALE Hôtel Thalasso & Spa, situé à Arzon-Port du Crouesty, a imaginé un séjour « Re-pause et Vous » de 3 jours/3 nuits qui marie cocooning et santé. Dynamique il conviendra aux agendas surbookés. 2 bains hydromassants, 1 gommage aquatique, 1 beauté Flash visage et yeux, 1 enveloppement reminéralisant à la crème d'algues, 1 douche dynamisante, 1 lyashi Dôme, 1 massage personnalisé, 1 lit hydromassant.

[www.miramar-lacigale.com](http://www.miramar-lacigale.com)



---

A la Thalasso PREVITHAL à Granville, on retrouve une belle peau grâce au gommage du corps à la coquille d'huîtres et au soin visage à la spiruline. On se relaxe lors d'un modelage ayurvédique, de la douche à affusion. On se recharge en minéraux avec les enveloppements d'algues dorées. Cure Boost et Eclat Marin. Disponible en 4 nuits.

[www.previthal.com](http://www.previthal.com)

A Douarnenez, le Séjour Libre & Reboosté de VALDYS RESORT renforce notre vitalité. On suit un atelier diététique reboosteur pour apprendre à cuisiner sain et équilibré, car « prendre soin de sa santé et de ses défenses immunitaires, explique Dr Michèle Marchaland, cela commence par ce qu'on met dans nos assiettes. » Des activités extérieures au grand air vivifiant, massages, enveloppements et bains hydromassants apportent détente du corps et de l'esprit. Disponible en 2 ou 5 jours.

[www.thalasso.com](http://www.thalasso.com)



Du sport pour tous au SOFITEL QUIBERON Thalassa Sea & Spa grâce à l'équipe de coachs. Quatre axes pour un programme personnalisé : « mieux se connaître » avec des rendez-vous experts, « drainer détendre et affiner » (soins thalasso), « tonifier, sculpter et muscler » (activités sportives), « optimiser les résultats » (cryothérapie corps partiel, modelage...). Cure Pause Starter Sportif à partir de 4 jours.

[www.sofitel-quiberon-thalassa.com](http://www.sofitel-quiberon-thalassa.com)



Thalassa Sea & Spa à DINARD a mis en place des programmes courts pour combattre les effets de la crise sanitaire et renforcer l'immunité comme la Pause D-Stress & Burn-out, la Pause Zen & Modelages (de 4 à 6 jours) la Pause Mer du Sommeil. De nombreuses formules sur-mesure à choisir selon ses besoins qui toutes visent le mieux-être. Un emplacement exceptionnel propice à la détente et au ressourcement. On se laisse chouchouter par les experts.

[www.thalassa.com](http://www.thalassa.com)



## Du côté du Thermalisme

Aux Thermes de ST GERVAIS MONT BLANC spécialisés dans les affections dermatologiques et respiratoires, 3 nouveaux séjours santé de 5 jours :

Ressourcement de la peau et mieux être : quand le port du masque irrite la peau on apprend les gestes de protection et de prévention.

Ressourcement respiratoire et mieux être : le stress entraînant une mauvaise oxygénation, on apprend à retrouver une respiration ample et fluide.

Remise en forme thermale post confinement :

Un séjour de 5 jours où soins thermaux dermatologiques et voies respiratoires alternent.

L'entretien avec le médecin thermal permet de passer en revue les problèmes de santé rencontrés pendant la période de confinement. Un bilan de séjour associe un coach

d'activité physique et la responsable du pôle des Thermes pour se donner des objectifs

santé. Ateliers, activités physiques et de bien-être en plein air et dans l'eau thermale, avec accès aux Bains du Mont Blanc qui se sont agrandis, est une véritable révision générale du corps et de l'humeur. A la clé, vitalité retrouvée.

[www.thermes-saint-gervais.com](http://www.thermes-saint-gervais.com)

Du côté des SPAS

Le groupe VALVITAL propose dans chacun de ses établissements thermaux deux Escapes Thermales Sensorielles d'une demi-journée (dont une Premium) pour se détendre tout en se prélassant dans des eaux thermales vertueuses car tous possèdent un bassin. Deux formules à choisir auxquelles on peut ajouter selon ses envies des soins individuels comme la gelée exfoliante corps coco/argan ou bien

un enveloppement réparateur à l'argile thermale enrichis de la précieuse eau.

[www.valvital.fr](http://www.valvital.fr)

Cette liste n'est pas exhaustive et les durées des escapades varient pour s'adapter à vos envies et votre disponibilité. Reportez-vous aux liens cités. Les Centres sont actuellement fermés et attendent avec impatience le plaisir de vous accueillir.

Certains Spas urbains restent ouverts pour des soins individuels secs (comme massages en cabine, nettoyage de peau malmené par le port du masque...).

thermalies	post covid	thalasso	sérénité	s'oxygéner	équilibre	Concarneau	Dinard
Thalazur	Serge Blanco	Hendaye	Miramar La Cigale	Le Crouesty	Granville	prevital	
Douarnenez	Quiberon	Sofitel					

