



Salon digital des Thermalies 2021-Newsletter N°5

Véritable vitrine de la santé et du bien-être, le Salon des Thermalies se devait de présenter en 2021, comme chaque année, les dernières tendances dans ce domaine. Etant donné la conjoncture particulière, le Salon des Thermalies se déroulera POUR LA PREMIERE FOIS SOUS FORME VIRTUELLE DU 21 AU 26 JANVIER 2021. Les Thermalies restent dans cette période perturbée la véritable référence en matière de thalassothérapie, thermalisme, spa.

Thalassothérapie pour retrouver force et équilibre

La crise sanitaire a épuisé les corps et malmené le mental. Stress, problèmes de sommeil, angoisses, alimentation désordonnée... : fragilisés et bousculés, nous avons besoin de nous renforcer. Plusieurs centres ont conçu de nouvelles cures capables de redonner force et équilibre.

Forme et bien-être : de nouvelles cures

Valdys Resort Roscoff : Séjour Micro-Nutrition - Notre mode de vie a changé et n'est



plus en adéquation avec nos besoins : pour beaucoup, la qualité micro-nutritionnelle n'est pas optimale. Reposant sur l'expertise des professionnels de santé le nouveau séjour Micro-nutrition permet une prise en charge personnalisée, axée sur l'équilibre des besoins en micronutriments et le bien-être du microbiote. Objectif : optimiser le fonctionnement de chaque cellule de l'organisme et lui apporter ce dont elle a besoin. Avant le début du séjour, une téléconsultation et un bilan biologique sanguin sont organisés, pour adapter au mieux les soins et rester en bonne santé dans la

durée. 6 jours / 25 soins.

Thalasso Concarneau Spa Marin : Cure Reminéralisante



Pour booster son immunité, reminéraliser et détoxifier son organisme, s'oxygéner, se recharger en énergie... Dans ce programme premium, les bénéfices des soins de thalasso sont décuplés, car ils sont enrichis en eaux-mères de Guérande, ultra concentrées en minéraux et en magnésium marin. En prime : les ampoules buvables Océane Thalgo renforcent leur action. **6 jours/6 nuits, 24 soins**, à partir de 1596€/personne, chambre double, 1/2 pension. Existe en **4 jours, 5 jours** et courts séjours.

Castel Clara Thalasso et Spa Belle-Île-en-Mer: Cure Stress & Sommeil



Le sommeil est une composante indispensable de notre santé et de notre bien-être, sa qualité est étroitement liée à la bonne gestion du stress. Pour un repos bienfaiteur, cette nouvelle cure associe différentes techniques de relaxation. Au menu : 4 séances de yoga (Hatha, Pranayama, yoga du son), de la méditation et de la relaxation. Un bilan complet personnalisé en phyto-aromatologie (usage des plantes et des huiles essentielles en diététique) est également réalisé par la naturopathe du centre. Sans oublier les soins d'hydrothérapie, 1 massage par jour et 1 séance de Watsu. Pour optimiser les bénéfices de l'eau de mer, les modelages

décontractants sont effectués avec de l'huile de magnésium marin des laboratoires Thalion, idéale en cas de troubles du sommeil, de stress, d'anxiété... **6 jours / 4 soins par jour**

Valdys Resort Pornichet : Je Me Renforce avec... le Séjour Sport



Pour repartir sur une bonne dynamique et booster son organisme, Valdys Resort a mis en place ce programme de 6 jours incluant 3 séances d'aquabike et 3 séances de coaching personnalisé, animées par un team de professionnels. Les curistes repartent avec des conseils et des exercices permettant de préparer l'après-séjour, poursuivre la cure à domicile et augmenter leur masse musculaire durablement. Accès illimité à la salle de cardio-training et aux cours encadrés. Pour les hommes et les femmes, tous niveaux. **6 jours / 24 soins.**

Prévithal : Cure Boost et Eclat Marin

Cette nouvelle cure se compose d'un gommage du corps à la coquille d'huîtres, un modelage Ayurvédique, 2 enveloppements d'algues dorées, 2 hydrojets, 2 modelages relaxants sous affusion, 1 hydromassage marin, 1 soin du visage spiruline boost, 2 bains d'algues, 2 bains hydromassants, 1 douche à affusion à partir de 929€ par personne pour 4 nuits en chambre double, en demi pension **et 16 soins**



Valdys Resort Douarnenez : Séjour Ayurvéda

Une équipe de Valdys Resort Douarnenez s'est rendue en Inde pour découvrir tous les secrets de cette médecine traditionnelle. Elle s'est formée aux gestes précis et à la compréhension



des techniques, pour une prise en charge complète du corps et de l'esprit. Quant au chef du restaurant, il a travaillé avec l'équipe de la thalasso, afin de proposer une alimentation correspondant aux trois doshas et d'accompagner le curiste sur un nouveau chemin de saveur. Un séjour pointu, né de la mer et de l'Ayurveda, pour un bénéfice personnalisé et durable. **6 jours / 23 soins (disponible en 3 jours).**

Contacts Presse : Grazyna Bilinska : 06 64 43 98 25 / gbilinska@gbcom.fr