

# Thalazur Ouistreham

---

Normandie

Ouistreham

## Aux portes de Caen

Sur cette côte de nacre qu'émaillent les plages du débarquement bordées de dunes et largement découvertes à marée basse, s'abritent les ports de plaisance et de pêche de Ouistreham, petite perle normande fière de son patrimoine médiéval, lieu d'embarquement des ferries pour l'Angleterre.

Ses cabines de plage à l'ancienne fleurent bon l'atmosphère des vacances familiales, que cultive aussi l'institut de thalassothérapie, situé à 200m de la station de voile (char à voile), tout près du club équestre et au milieu de 7 golfs !



## L comme Liberté

Un " passeport " pour la forme format évasion grand large, telle est la philosophie du complexe Thalazur Ouistreham et de son Hotel Riva Bella, entièrement rénové fin 2002. Symbole de cette " zen attitude", l'espace détente aux grandes façades vitrées orientées plein sud, avec transats (un solarium qui domine la



*Tarifs et réservations sur :* **[www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)**

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

plage est ouvert en saison) et ambiance musicale flottant sur l'eau de mer des deux piscines, hammam, sauna et jacuzzi.

En vedette, la cure Modelages du monde; découvrir le monde à travers des massages venus de différents continents : réveil des sens et apaisement du corps et de l'esprit.



## Un confort tranquille

Situé face à la mer et intégré au complexe de thalassothérapie, l'hôtel-restaurant Riva Bella 3 \*\*\*, dont les baies vitrées ouvrent directement sur la plage, épelle le mot tranquillité : 89 chambres et suites bien équipées (avec toilettes séparées et onze chaînes de télévision). La cuisine raffinée joue la carte des produits régionaux.

## Carnet de route

- Par route : autoroute A13, direction Rouen/Caen/Ouistreham Car Ferry
- Par train : Ligne Paris-Cherbourg Saint-Lazare, gare de Caen.

## Les Cures

### Cure Thalasso "Equilibre & Nutrition"

27 soins sur 6 jours. Affinez votre silhouette en douceur ! C'est en associant les vertus des soins d'eau de mer avec une hygiène et un équilibre alimentaire qui sont les bases de l'amincissement que vous pourrez retrouver un corps ferme et tonique.



*Tarifs et réservations sur :* **[www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)**

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

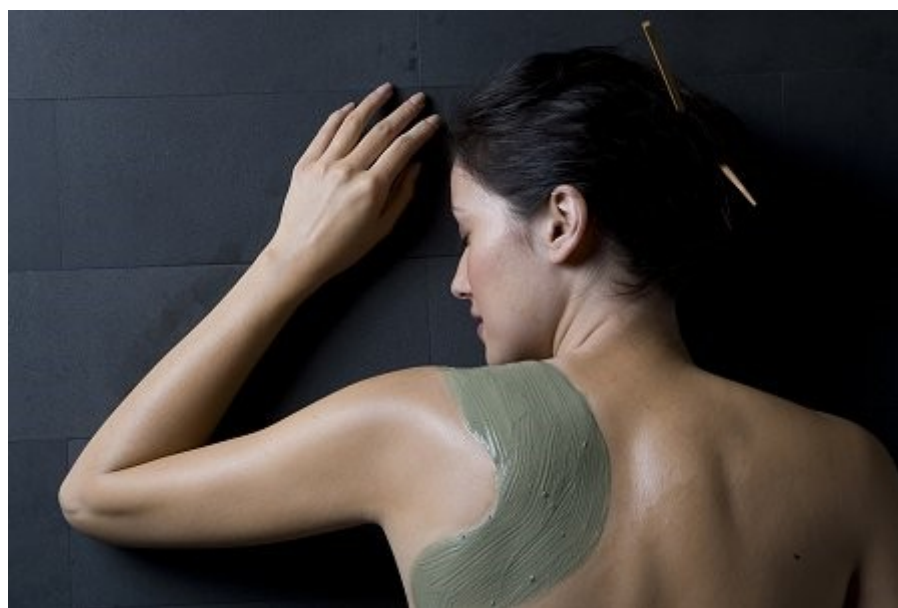
## Les soins

- 1 modelage sous affusion
- 3 soins individuels d'hydrothérapie parmi :  
douche à jet, douche sous-marine
- 3 soins collectifs : gymnastique en salle

## Les privilèges de la Cure Thalasso "Equilibre & Nutrition"

- 1 consultation médicale
- 2 consultations diététiques
- 2 bains hydromassants à la gelée d'algues amincissante aux huiles essentielles de thym et de romarin
- 3 enveloppements d'algues aux parfums d'ailleurs
- 3 enveloppements d'algues thermosudation au fucus
- 2 séances de pressothérapie
- 2 cryothérapies
- 1 modelage aux huiles amincissantes ou raffermissantes
- 1 modelage abhyanga
- 1 modelage drainant lymphatique
- 1 séance de cellu M6
- 1 séance d'i-Pulse
- 1 séance d'acupuncture amincissement\*

Notre diététicienne se tient à votre disposition pendant et après votre cure.



*Tarifs et réservations sur : [www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)*

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

## Cure Thalasso "Jeune Maman"

24 soins individuels dont au moins 5 modelages ou massages + 3 soins collectifs  
Conseillée entre le 3ème et 9ème mois de bébé

Vivez en douceur et en toute sérénité la présence de bébé ! Destinée aux jeunes mamans, cette cure est indiquée pour la récupération physique et psychologique liée à la grossesse et à l'accouchement.

### Les soins

- 3 modelages corps ou sous affusion
- 5 soins individuels d'hydrothérapie: hydrojet, douche sous-marine
- 3 soins collectifs: gymnastique en salle

### Les privilèges de la Cure Thalasso "Jeune Maman"

- 1 consultation médicale
- 2 consultations diététiques
- 3 bains hydromassants précieux
- 2 enveloppements d'algues aux parfums d'ailleurs
- 2 enveloppements d'algues "thermosudation" au fucus
- 2 séances de pressothérapie
- 1 modelage californien
- 2 séances d'ostéopathie (maman ou bébé)
- 1 atelier modelage bébé BIO
- 1 soin complet du visage Rituel Pureté Thalgo

## Cure Thalasso "Modelages du Monde"

24 soins sur 6 jours dont 6 modelages  
Voyagez au coeur du bien-être !

Essentiellement basée sur la diversité de ses modelages, la cure Modelages du monde permet à votre corps d'éveiller vos sens et de retrouver votre équilibre. Qu'elle soit d'origine indienne, chinoise, balinaise... la pratique ancestrale du modelage procure l'apaisement du corps et de l'esprit.

### Rituel de soins sur 6 jours

- 2 modelages corps ou sous affusion
- 9 soins individuels d'hydrothérapie :  
hydrojet, douche à jet, douche sous-marine

### Les privilèges de la Cure Thalasso "Modelages du Monde"

- 1 consultation médicale
- 6 bains hydromassants aux parfums d'ailleurs



*Tarifs et réservations sur :* [www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

- 3 enveloppements d'algues aux parfums d'ailleurs
- 1 modelage aux pierres chaudes
- 1 modelage californien
- 1 modelage abhyanga
- 1 modelage balinais

## Cure Thalasso "Sérénité Marine"

*24 soins + 3 soins collectifs*

Pour retrouver quiétude et harmonie !

Cette cure vous procure un meilleur équilibre du corps, revigore l'esprit, renforce la vitalité et permet de maîtriser vos émotions

### Rituel de soins sur 6 jours

- 2 modelages du corps ou sous affusion
- 7 soins individuels d'hydrothérapie parmi: hydrojet, douche sous-marine, douche à jet

### Les privilèges de la Cure Thalasso "Sérénité Marine"

- 1 consultation médicale
- 1 consultation diététique
- 6 bains hydromassants aux parfums d'ailleurs
- 3 enveloppements aux parfums d'ailleurs
- 2 séances d'acupuncture
- 1 séance de relaxation coréenne
- 1 séance de réflexologie plantaire
- 1 modelage détente au baume d'algues
- 3 séances de relaxation aquatique (soin collectif)



## Cure Thalasso "Spéciale dos"

*21 soins individuels dont 6 modelages ou massages + 6 soins collectifs*

Appréhendez au mieux votre mal de dos

Cette cure consacrée au traitement et la prévention du mal de dos, associe prise en charge thérapeutique et bien être des soins d'eau de mer, pour retrouver mobilité et souplesse.

### Rituel de soins sur 6 jours

- 3 modelages corps ou sous affusion
- 6 soins individuels d'hydrothérapie parmi: hydrojet, douche sous-marine
- 6 soins collectifs : gymnastique dos en salle, renforcement musculaire et étirements.



*Tarifs et réservations sur : [www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)*

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

### Les privilèges de la Cure Thalasso "Spéciale dos"

- 1 consultation médicale
- 4 bains hydromassants à la gelée d'algues décontracturante
- 3 applications de boues marines
- 2 séances d'ostéopathie
- 3 modelages décontracturants



### Cure Thalasso "Thalazur"

24 soins dont 6 modelages !

Des soins individuels uniquement, pour une détente absolue !

Véritable concentré de bien-être, cette cure vous propose des modelages journaliers, associés à des soins d'eau de mer.

#### Les soins

- 15 soins individuels d'hydrothérapie : bain hydromassant, douche à jet, douche sous-marine, hydrojet
- 3 enveloppements d'algues ou application de boues marines

#### Les privilèges de la Cure Thalasso "Thalazur"

- 6 modelages sous affusion ou modelage du corps



Allô Thalasso Voyages

*Tarifs et réservations sur :* [www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

## Cure Thalasso "Tonique Masculin"

Une cure de 18 soins répartis sur 6 jours spécialement conçue pour la clientèle masculine ! Elle est particulièrement orientée sur la tonicité pour retrouver forme et vitalité

### Rituel de soins sur 6 jours

- 3 modelages corps ou sous affusion
- 2 enveloppements d'algues
- 10 soins d'hydrothérapie parmi : bain hydromassant, hydrojet, douche à jet, douche sous-marine

### Les privilèges de la Cure Thalasso "Tonique Masculin"

- 1 rituel René Furterer
- 1 modelage balinais
- 1 gommage corps

## Cure Thalasso "Vitalité Marine"

24 soins sur 6 jours

Pour vous dynamiser, vous décontracter et vous revitaliser. Grand classique de la Thalasso, cette cure vous propose des soins toniques ou relaxants pour une remise en forme tout en plaisir. Grâce aux bienfaits de la mer, les soins vous apportent détente, bien-être et régènèrent votre potentiel énergétique !

### Les soins

soins individuels dont 3 modelages + 6 soins collectifs\* Cette cure débute le jour de votre choix

- 3 modelages corps ou sous affusion
- 3 enveloppements d'algues ou applications de boues marines
- 12 soins individuels d'hydrothérapie : bain hydromassant, hydrojet, douche à jet, douche sous-marine
- 6 soins collectifs

### Courts Séjours

## Thalasso Vitalité Marine

4 soins quotidiens de 1 à 5 jours

Faites vos premiers pas dans le monde de la thalassothérapie ou profitez d'un week-end thalasso pour retrouver en quelques jours votre vitalité !

### Les soins

3 soins individuels d'hydrothérapie parmi :



*Tarifs et réservations sur :* **[www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)**

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

- enveloppement d'algues ou application de boues marines,
- bain hydromassant,
- hydrojet,
- douche à jet,
- douche sous-marine

1 soin collectif : aquagym ou relaxation

### Les privilèges de la Cure Thalazur

- 6 modelages sous affusion ou modelage du corps

### Court Séjour Thalasso Thalazur

4 soins de thalasso individuels quotidiens de 1 à 5 jours

#### Les soins

- 1 modelage sous affusion ou corps
- 3 soins individuels d'hydrothérapie parmi: enveloppement d'algues ou application de boues marines, bain hydromassant, hydrojet, douche à jet, douche sous-marine

## Escale Authentique Masculin

9 soins sur 3 jours

6 soins individuels d'hydrothérapie au choix :

- bain hydromassant
- douche sous marine
- hydrojet
- enveloppement d'algues aux parfums d'ailleurs

3 soins privilèges :

- 1 rituel René Furterer
- 1 soin visage «Thalgomen»
- 1 gommage aquatique "mémoire océane"



Allô Thalasso Voyages

*Tarifs et réservations sur :* [www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

## Escale Détente Zen

*9 soins sur 3 jours*

Pour que vos courts séjours prennent la couleur de vos envies ! Le temps d'une pause, donnez une orientation à votre séjour en associant aux soins de thalassothérapie vos soins "détente zen". Entre modelages et repos !

### **Les soins**

6 soins individuels d'hydrothérapie parmi :

- bain hydromassant,
- enveloppement d'algues aux parfums d'ailleurs,
- hydrojet,
- douche sous marine,
- douche à jets

### **Les privilèges de l'Escale Détente Zen**

3 soins spécifiques :

- 1 modelage détente
- 1 modelage californien
- 1 modelage sous affusion 4 mains.

## Escale Beauté Marine

*9 soins sur 3 jours*

Pour que vos courts séjours prennent la couleur de vos envies ! Le temps d'une pause, donnez une orientation à votre séjour en associant aux soins de thalassothérapie vos soins "beauté marine". Faites de cet instant détente un instant beauté !

### **Les soins**

Faites de cet instant détente un instant beauté !

6 soins individuels d'hydrothérapie parmi :

- bain hydromassant,
- douche sous-marine,
- hydrojet,
- enveloppement d'algues aux parfums d'ailleurs

### **Les privilèges de l'Escale Beauté Marine**

3 soins privilèges :

- 1 gommage sucré-salé "indocéane"
- 1 soin visage rituel Thalgo
- 1 beauté des mains traditionnelles



*Tarifs et réservations sur : [www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)*

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)

## Week-end Thalasso Vitalité Marine

*4 soins quotidiens de 1 à 2 jours*

Faites vos premiers pas dans le monde de la thalassothérapie ou profitez d'une parenthèse thalassothérapie pour retrouver en quelques jours votre vitalité !

### **Les soins**

- 3 soins individuels d'hydrothérapie : bain hydromassant, douche à jet, douche sous-marine, application d'algues ou de boues, hydrojet.
- 1 cours collectif : aquagym ou relaxation.

## Week-end Thalasso Thalazur

*4 soins individuels quotidiens de 1 à 2 jours*

Associez aux bienfaits des soins de thalassothérapie, la douceur d'un modelage et retrouvez détente et sérénité !

### **Les soins**

- 1 modelage sous affusion ou corps
- 3 soins individuels d'hydrothérapie : bain hydromassant, douche à jet, douche sous-marine, application d'algues ou de boues, hydrojet.



**Allô Thalasso Voyages**

*Tarifs et réservations sur :* **[www.allo-thalasso.com](http://www.allo-thalasso.com)**

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : [resa@allo-thalasso.com](mailto:resa@allo-thalasso.com)