



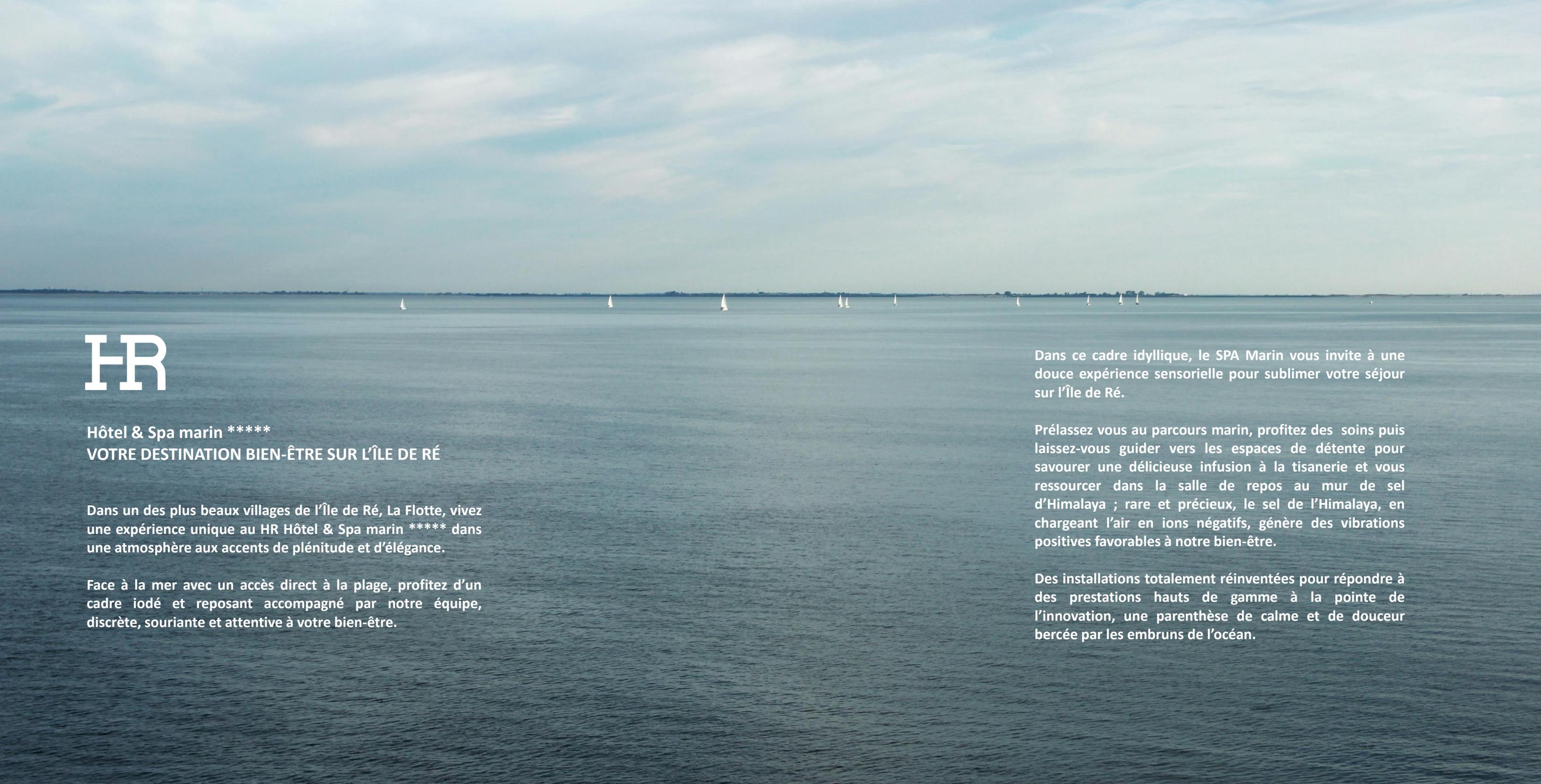
# HRIS

SPA MARIN

ÎLE DE RÉ  
\*\*\*\*\*

*La Mer vous veut du Bien*

Carte de soins - Edition 2025



# HR

Hôtel & Spa marin \*\*\*\*\*

VOTRE DESTINATION BIEN-ÊTRE SUR L'ÎLE DE RÉ

Dans un des plus beaux villages de l'Île de Ré, La Flotte, vivez une expérience unique au HR Hôtel & Spa marin \*\*\*\*\* dans une atmosphère aux accents de plénitude et d'élégance.

Face à la mer avec un accès direct à la plage, profitez d'un cadre iodé et reposant accompagné par notre équipe, discrète, souriante et attentive à votre bien-être.

Dans ce cadre idyllique, le SPA Marin vous invite à une douce expérience sensorielle pour sublimer votre séjour sur l'Île de Ré.

Prélasser vous au parcours marin, profitez des soins puis laissez-vous guider vers les espaces de détente pour savourer une délicieuse infusion à la tisanderie et vous ressourcer dans la salle de repos au mur de sel d'Himalaya ; rare et précieux, le sel de l'Himalaya, en chargeant l'air en ions négatifs, génère des vibrations positives favorables à notre bien-être.

Des installations totalement réinventées pour répondre à des prestations hauts de gamme à la pointe de l'innovation, une parenthèse de calme et de douceur bercée par les embruns de l'océan.

**Sommaire****IMMERSION DANS NOS OCÉANS**

- **PARCOURS MARIN** P06
- **SOINS DU VISAGE by ELLA BACHÉ** P08  
Des soins haute performance sur-mesure accompagnés de technologies high-tech
- **SOINS DU VISAGE by THALGO** P10  
L'expertise THALGO au service de votre peau.
- **SOINS DU CORPS by HRS & THALGO** P24  
La quintessence de la thalasso au service de votre bien-être : Bains sensoriels , gommages, enveloppements & une large gamme de massages pour répondre à tous vos besoins.
- **JOURNÉES BIEN-ÊTRE & VOYAGES** P22  
Les meilleures associations de soins « visage & corps ».
- **EXPÉRIENCES EN DUO** P26  
Dans une suite exclusive avec bain hydro-massant & hammam privatif, une expérience en DUO de 60 à 130 min.
- **PROGRAMMES MINCEUR (à partir de février 2025)** P28  
Stimuler votre organisme et booster votre métabolisme pour éliminer les toxines et affiner votre silhouette.
- **COACHINGS SPORTIFS** P30
- **SOINS ENFANT by TOOFRUIT** P32  
Une toute nouvelle gamme de produits certifiés bio, TOOFRUIT, développée avec le CHU de Besançon, pour les enfants.
- **CARTE CADEAU & COFFRETS** P34
- **SÉJOURS BIEN-ÊTRE & THALASSO** P38

**THALGO**  
LA BEAUTÉ MARINE

**ELLA BACHÉ**  
PARIS . 1936

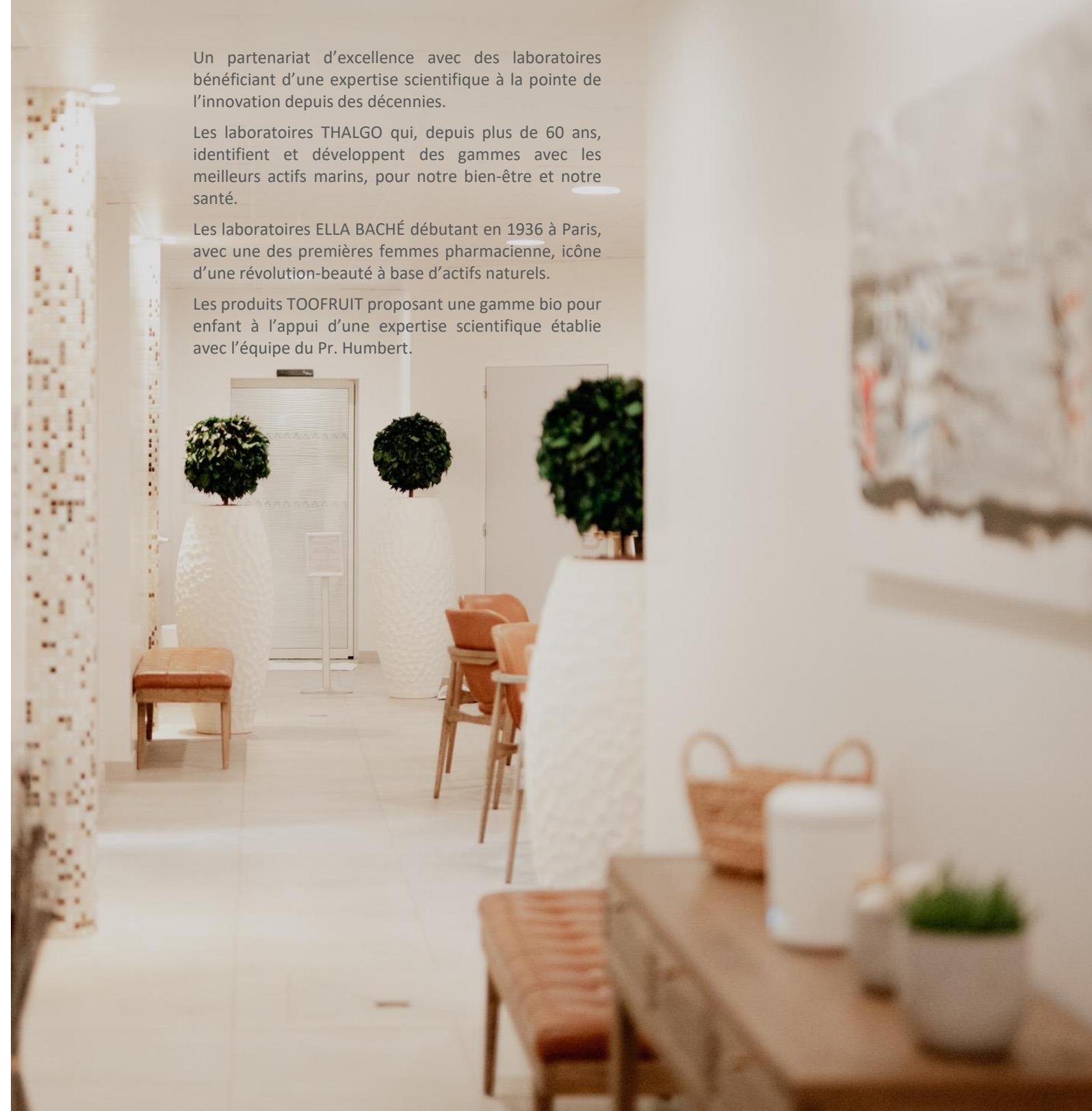
**TOOFRUIT**   
Les soins pour enfants

Un partenariat d'excellence avec des laboratoires bénéficiant d'une expertise scientifique à la pointe de l'innovation depuis des décennies.

Les laboratoires THALGO qui, depuis plus de 60 ans, identifient et développent des gammes avec les meilleurs actifs marins, pour notre bien-être et notre santé.

Les laboratoires ELLA BACHÉ débutant en 1936 à Paris, avec une des premières femmes pharmacienne, icône d'une révolution-beauté à base d'actifs naturels.

Les produits TOOFRUIT proposant une gamme bio pour enfant à l'appui d'une expertise scientifique établie avec l'équipe du Pr. Humbert.



Le SPA MARIN de l'Hôtel HR est un espace de 800 m<sup>2</sup> dédié à votre bien-être, où douceur, élégance et sérénité résonnent tout au long de votre expérience de soins.

Le parcours marin vous propose des installations idéales pour une relaxation la plus totale :

- un bassin d'eau de mer à jets et chauffée à 34°C
- un jacuzzi chauffé à 37°C
- un bain d'eau froide à 6°C
- un hammam
- un sauna
- trois douches sensorielles (relaxante, tropicale et écossaise)
- Une fontaine de glace





*Les soins du visage by Ella Baché*

DES SOINS HAUTE PERFORMANCE SUR-MESURE ACCOMPAGNÉS DE TECHNOLOGIES HIGH-TECH



**SKINTEX®DIAG**

Un diagnostic nécessaire à la mesure avec précision des caractéristiques visibles et invisibles de votre peau (rides, élasticité, relâchement des paupières, tâches, rougeurs, sébum ...) pour définir les soins ultra-personnalisés répondant à vos besoins.

	SEMAINE	WEEK-END
20 min.	<b>25 €* </b>	<b>25 €* </b>

\* : Offert pour la réalisation d'un soin du visage

**SOIN SKINTEX®LAB SUR-MESURE**

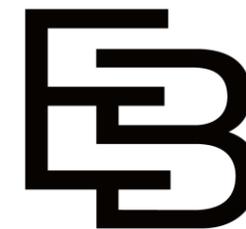
Inspiré de technologies issues de la médi-esthétique, le SKINTEX®LAB permet de traiter de façon ciblée et durable toutes les problématiques de peau en combinant 5 technologies exclusives de manière synergique.

	SEMAINE	WEEK-END
50 min.	<b>115 €</b>	<b>120 €</b>

**SOIN SKINTEX®LAB TOMATE GLOW *Nouveau***

Le soin haute performance instrumental (100% équipé) qui combine 6 actions associées à des produits micro-peeling intégrant des AHA pour rénover visiblement la qualité de peau dès la 1ère séance.

	SEMAINE	WEEK-END
80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>



*La nouvelle gamme TOMATE GLOW, soin signature anti-âge d'ELLA BACHÉ, transforme visiblement la qualité de peau pour un teint plus éclatant et une peau visiblement lissée.*



## L'excellence by Thalgo

### LE SOIN PREMIUM GLOBAL

Vivez l'excellence Thalgo où innovation et technicité s'unissent avec luxe et émotion. Ce rituel d'exception, **PRODIGE DES OCÉANS**, offre une régénération ultime pour une jeunesse globale et une relaxation profonde

		SEMAINE	WEEK-END
<b>PRODIGE DES OCÉANS Visage</b>	80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>
Ce soin prodigue les bienfaits revitalisants de l'Intelligence Marine Régénérative* – Brevet exclusif THALGO. Le Masque Prodige des Océans agit comme une pure oxygénation repulpante et le massage spécifique, inspiré du KOBIDO, lisse visiblement les rides, redonne fermeté et élasticité à la peau			
<b>PRODIGE DES OCÉANS Corps &amp; Visage</b>	120 min.	<b>220 €</b>	<b>250 €</b>
Le soin visage breveté s'associe à un massage corps qui conjugue des manœuvres libératrices de toute tension pour un relâchement total. Un moment de pur plaisir pour se sentir profondément revitalisé et apaisé			

*\* L'INTELLIGENCE MARINE REGENERATIVE : Réactive dès 48h les 64 protéines clés de la jeunesse pour lisser les rides, restaurer la fermeté cutanée, corriger la sécheresse, homogénéiser le teint, contrôler l'apparition de taches pigmentaire*

### L'EXPERTISE ANTI-ÂGE

		SEMAINE	WEEK-END
<b>LIFT KOBIDO <i>Nouveau</i></b>	20 min.	<b>65 €</b>	<b>75 €</b>
Lifting manuel pour défatiguer les traits et retrouver un éclat du teint instantanément.			
<b>KOBIDO SUPRÊME <i>Nouveau</i></b>	50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
Véritable massage anti-âge global, ce lifting manuel inspiré du massage japonais "Ko Bi Do", agit en profondeur sur les rides, la fermeté et l'éclat de la peau.			

Tarifs présentés TTC  
WE : samedi, dimanche et jours fériés

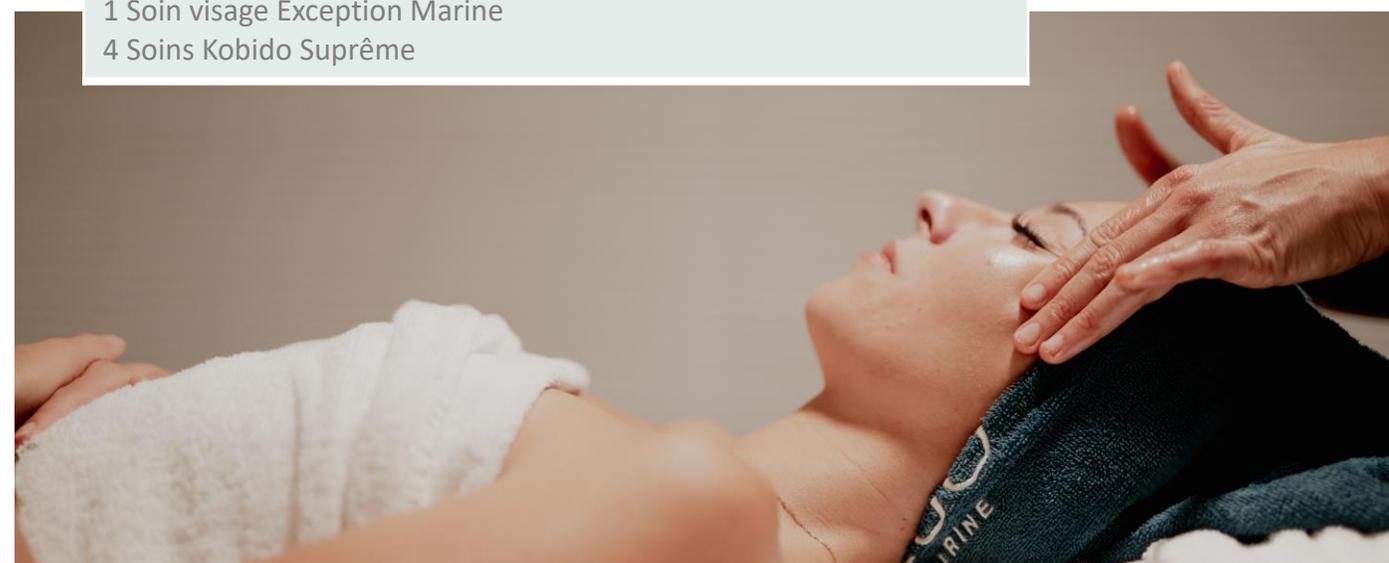
## Les soins du visage by Thalgo

### LES SOINS EXPERTS ANTI-ÂGES

		SEMAINE	WEEK-END
<b>SOIN REDENSIFIANT EXCEPTION MARINE</b> Un soin « lifting » marin qui redessine l'ovale et redensifie la peau grâce à la combinaison du complexe substitutif marin breveté et du modelage exclusif Energilift	80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>
<b>SOIN COMBLEUR HYALU-PROCOLLAGÈNE</b> Un soin gorgé en acide hyaluronique pour combler et corriger les rides marquées grâce à son modelage exclusif et son double masque professionnel	50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
<b>ÉNERGISANT LISSANT SPIRULINE BOOST</b> Un soin enrichi en Spiruline et boosté en magnésium marin pour défatiguer les traits, retrouver un teint frais et lisser la peau	50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>

### **COFFRET JEUNESSE SUPRÊME** *Nouveau* **625€**

1 Soin visage Exception Marine  
4 Soins Kobido Suprême



## Les soins du visage by Thalgo

### LES SOINS ESSENTIELS DES OCEANS

Le diagnostic de nos expertes bien-être orientera le protocole le plus adapté à votre peau :

- Le duo d'algues millénaires régulatrices pour une réduction des imperfections
- La synergie inédite d'une huile d'algue caractérisée par une bio-assimilation sans égal, d'une cire algale et de la sève bleue des Océans, pour reconforter les épidermes les plus exigeants
- Une pause confort pour les peaux sèches avec un masque « pansement » lipidique riche en huiles marines spécifiques

		SEMAINE	WEEK-END
<b>SOIN ESSENTIELS DES OCÉANS</b> Hydratant, purifiant, apaisant ou nourrissant, nos expertes réaliseront un diagnostic avant le soin afin de sélectionner le protocole adapté à votre peau	50 min.	<b>98 €</b>	<b>115 €</b>
<b>SOIN MARIN AUX 3 ALGUES</b> Soin signature 1er Soins SPA-Marin du visage exclusif THALGO, essence même du brevet d'Algues Micro-éclatées qui revitalise et reminéralise la peau par la richesse des éléments marins. Effet détox garanti	50 min.	<b>98 €</b>	<b>115 €</b>
<b>SOIN VISAGE ÉQUILIBRE POUR HOMME</b> Ce soin traite tous les besoins des hommes grâce à son complexe énergisant cellulaire et son massage décontractant. La peau est dynamisée et parfaitement équilibrée	50 min.	<b>98 €</b>	<b>115 €</b>
<b>SOIN VISAGE COUP D'ÉCLAT</b> Redonner un éclat à votre visage grâce à la gamme des Essentiels des Océans : nettoyage, gommage, sérum et crème de jour.	20 min.	<b>65 €</b>	<b>75 €</b>

*Personnalisez votre soin !*

<i>Nouveau</i>		SEMAINE	WEEK-END
<b>LIFT REGARD *</b> <i>En supplément de soin</i>	20 min.	<b>32 €</b>	<b>40 €</b>
<b>ENVELOPPEMENT AUTO-CHAUFFANT DU DOS</b> <i>En supplément de soin</i>	20 min.	<b>32 €</b>	<b>40 €</b>

## Les soins du corps by Thalgo

### LES BAINS SENSORIELS & LES GOMMAGES

#### BAIN SENSORIEL

Relaxez-vous grâce à un bain sensoriel aux jets massants parcourant votre corps et évadez-vous grâce à l'infusion du galet marin de votre choix.

		SEMAINE	WEEK-END
- Bain de lait, bain des lagons ou bain aux huiles essentielles	20 min.	55 €	65 €

#### GOMMAGE CORPS

Une étape importante pour préparer votre peau à accueillir les sels minéraux et les oligoéléments contenus dans les différents soins.

		SEMAINE	WEEK-END
- Revitalisant - <b>Doux : Nouveau</b> Concentré des bienfaits vivifiants de l'Océan, ce granité exfoliant à l'extrait d'Algues Micro-Éclatées et notes marines exfolie et revitalise la peau	30 min.	65 €	75 €
- Mer des Indes au gingembre - <b>Moyen</b> : Gommage à la pâte de gingembre ; Exfolie la peau et l'enveloppe de notes délicates et aromatiques			
- Des Îles – <b>Fort</b> : A l'image de ses plages paradisiaques, gommage au sable blanc, sel marin aux notes de vanille et de coco pour une peau exfoliée et délicatement nourrie			



Tarifs présentés TTC  
WE : samedi, dimanche et jours fériés

## Les soins du corps by Thalgo

### LES SOINS THALASSO

☀ **Tous les bénéfices de l'eau de mer chauffée et de ses actifs pour vous ressourcer ...**

Le Parcours marin met à votre disposition un **bassin d'eau de mer chauffée à 34°C**, à jets ciblés, qui aide la peau à absorber plus rapidement et plus facilement tous les bénéfices des sels minéraux marins.

Fortement concentrée en oligo-éléments (magnésium, calcium, potassium, bicarbonate, fluorure, cuivre, zinc, phosphore ou encore manganèse), l'eau de mer renferme de nombreux atouts bénéfiques pour votre santé : regain de vitalité, cocktail anti-stress, régénération des cellules par la détoxination ionique.

**Le soin essentiel de la Thalasso qui est offert dans tous vos programmes.**



☀ **Les soins Thalasso complémentaires en cabine :**

Massage par les jets d'eau à pression modulable pour l'activation de la circulation sanguine, associé à un enveloppement d'algues pour un effet drainant et détoxifiant optimum.

		SEMAINE	WEEK-END
<b>LIT HYDROMASSANT</b>	20 min.	<b>40 €</b>	<b>50 €</b>
Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, des jets à pression modulable massent votre corps. Pour une parenthèse de détente dans une ambiance zen en suspension et pour la stimulation de la circulation sanguine			
<b>ENVELOPPEMENT NOURRISSANT</b>	30 min.	<b>65 €</b>	<b>75 €</b>
Baume haute nutrition enrichi de beurres de fruits et d'huile d'algue marine			
<b>ENVELOPPEMENT AUX 3 ALGUES MARINES®</b>	30 min.	<b>65 €</b>	<b>75 €</b>
Enveloppement « Thalasso » par excellence : algues micro-éclatées brevetées, 100% pures et naturelles, riches en minéraux, vitamines et oligo-élément, pour un effet détoxifiant maximal			
<b>ENVELOPPEMENT AU CRANBERRY <i>Nouveau</i></b>	30 min.	<b>65 €</b>	<b>75 €</b>
Sa texture onctueuse riche en anti-oxydant et en vitamine C apporte confort et beauté de la peau en luttant contre le vieillissement cutané.			

Tarifs présentés TTC

WE : samedi, dimanche et jours fériés Tarifs présentés TTC



**Les soins du corps by HRS**

**LES MASSAGES**

Des soins hors du temps pour lâcher-prise et se recentrer.



**MASSAGE SÉRÉNITÉ – Soin signature**

Massage total de la tête au pieds pour le dénouement de toutes les tensions douloureuses et une réharmonisation globale. Le bien-être physique et psychique est de retour !

	SEMAINE	WEEK-END
80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>

**MASSAGE HARMONIE CIEL & TERRE**

Massage des trois zones réflexes, le crâne, les mains et les pieds pour une totale relaxation.

	SEMAINE	WEEK-END
50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>

**MASSAGE SUR-MESURE**

Nos SPA praticiennes sont à votre écoute pour répondre à tous vos besoins : massage drainant, massage tonique pour dénouer les tensions musculaires ou tout simplement un massage californien pour une totale relaxation ...

20 min.	<b>65 €</b>	<b>75 €</b>
50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>

**SEANCE DE WATSU – Nouveau**

Le Watsu, technique de massage aquatique très aboutie, tire son originalité d'une pratique ancestrale japonaise, le Shiatsu, dont la vocation est de stimuler la circulation des fluides énergétiques du corps humain. Recevoir une séance de Watsu c'est perdre la notion du temps et de ses propres limites corporelles en suspension dans l'eau de mer chauffée à plus de 34°C.

	SEMAINE	WEEK-END
50 min.	<b>140 €</b>	<b>160 €</b>



Tarifs présentés TTC  
WE : samedi, dimanche et jours fériés Tarifs présentés TTC

## Les soins du corps by HRS

### LES MASSAGES LÂCHER-PRISE

#### **MASSAGE SAN BAO *Nouveau***

Le massage San Bao est une thérapie manuelle holistique visant essentiellement la relaxation et la tonification des muscles. Une tonifie et harmonisation du corps et de l'esprit apportant l'apaisement afin d'accéder au lâcher-prise.

	SEMAINE	WEEK-END
50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>

#### **MASSAGE DÔ-KRÂN *Nouveau***

Massage complet et profond englobant la tête, la nuque, les épaules et la partie supérieure du dos. Ce massage vise à relâcher les tensions accumulées dans la région supérieure du corps en ciblant spécifiquement les points marmas essentiels situés sur la tête.

50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
---------	--------------	--------------



## Les soins du corps by Thalgo

### MASSAGES DU MONDE

#### **MASSAGE INDIEN**

Ressourcez-vous le temps d'un massage énergétique issu de la tradition ayurvédique. Huiles chaudes boisées accompagnées de frictions, percussions et lissages profonds. Rééquilibre des énergies intérieures.

	SEMAINE	WEEK-END
50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>

#### **MASSAGE ÎLE PACIFIQUE**

Destination Tahiti, évadez-vous le temps d'un massage relaxant au Monoï, directement inspiré du Lomi-Lomi. Des manœuvres lentes, enveloppantes et rassurantes se mêlent à la chaleur bienfaisante des ballotins de sable chaud.

50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
---------	--------------	--------------

#### **MASSAGE FRENCH RIVIERA *Nouveau***

Massage associant une gestuelle fluide profonde et enveloppante, inspirée de la mer, à la chaleur d'un galet rappelant les pierres des calanques chauffées par le soleil.

50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
---------	--------------	--------------

### **EXPERIENCE À DEUX**

Tous nos soins peuvent être partagés dans une de nos suites exclusives pour un instant de complicité côte à côte.



*Planifiez vos soins tout au long de la journée et bénéficiez de 10% de remise sur la carte de la Brasserie (hors homard et boissons) pour votre déjeuner.*

**Les journées « bien-être » organisées autour de nos Collections**

**UNE IMMERSION MARINE**

Nous vous proposons nos Collections pour profiter d'une journée de soins et vous immerger dans l'univers du SPA MARIN.

Une collection de soins vous donne accès au parcours marin tout au long de votre programme ainsi qu'à la salle de repos au mur de sel de l'Himalaya.

		SEMAINE	WEEK-END
<b>DECOUVERTE</b>	60 min.	<b>155 €</b>	<b>170 €</b>
Lit hydro-massant (20 min.) Soin du visage (20 min.) Massage (20 min.)			
<b>VELOURS</b>	80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>
Gommage (30 min.) Massage (50 min.)			
<b>DIVIN</b>	80 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>
Gommage (30 min.) Enveloppement marin (30 min.) Massage (20 min.)			
<b>DETENTE</b>	90 min.	<b>185 €</b>	<b>195 €</b>
Bain sensoriel (20 min.) Lit hydro-massant (20 min.) Massage harmonie Ciel & Terre (50 min.)			

	SEMAINE	WEEK-END
<b>LUNCH'N SPA <i>Nouveau</i></b>	<b>195 €</b>	<b>215 €</b>
Accès au Parcours marin 1 Lit hydromassant (20 min.) 1 Massage de 50 min. 1 Déjeuner au HR Beach Brasserie (menu 3 services hors boissons)		

Tarifs présentés TTC  
WE : samedi, dimanche et jours fériés Tarifs présentés TTC

**Les voyages SPA by Thalgo**

DANS LA SUITE INDIVIDUELLE ...

LES SOINS VIENNENT À VOUS POUR UNE TOTALE RELAXATION

		SEMAINE	WEEK-END
<b>POLYNÉSIE</b>	100 min.	<b>220 €</b>	<b>240 €</b>
Bain marin bleu Lagon, gommage au sable Bora-Bora et massage aux ballotins de sable chaud directement inspiré du Lomi-Lomi tahitien. L'alliance de trois soins relaxant inspiré du bercement des vagues, pour une profonde relaxation.			
<b>MER DES INDES</b>	100 min.	<b>220 €</b>	<b>240 €</b>
Bain de lait, gommage à la pâte gingembre et massage issu des traditions ayurvédiques. L'alliance de trois soins rééquilibrant à base d'huiles chaudes boisées.			
<b>MÉDITÉRANÉEN <i>Nouveau</i></b>	110 min.	<b>225 €</b>	<b>245 €</b>
Gommage à l'extrait d'algues micro-éclatées exfoliant et lissant la peau, enveloppement détoxifiant et reminéralisant et massage revitalisant au galet chaud combinant soleil, mer méditerranée et galet chaud à des manœuvres fluides, profondes et enveloppantes. L'alliance des bienfaits de la mer à la chaleur du soleil pour revitaliser et reminéraliser la peau.			

Tarifs présentés TTC

WE : samedi, dimanche et jours fériés Tarifs présentés TTC

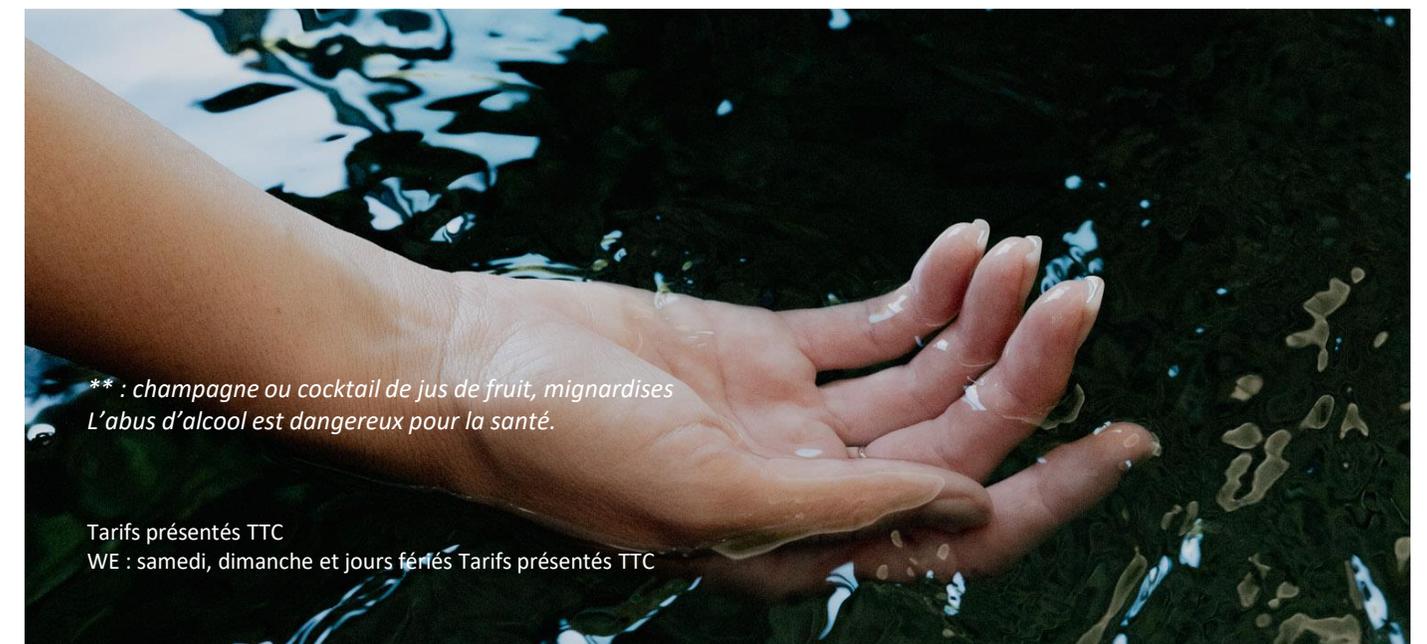


### Les expériences à deux

#### DES SUITES EXCLUSIVES POUR UNE EXPÉRIENCE PARTAGÉE

Nos suites exclusives sont équipées d'une baignoire hydro-massante pour deux et d'un hammam privatif pour une expérience unique.

		SEMAINE	WEEK-END
<b>EXPERIENCE DOUCEUR</b>	60 min.	<b>145 €</b>	<b>165 €</b>
Privatisation de la suite exclusive pour profiter des installations dans un cadre intimiste, accompagnée d'une pause gourmande**			
<b>EXPERIENCE DIVINE</b>	110 min.	<b>335 €</b>	<b>375 €</b>
Privatisation de la suite exclusive suivie d'une prestation, suivie d'un soin de 50 min. à deux, accompagnée d'une pause gourmande**			
<b>EXPERIENCE PRESTIGE</b>	130 min.	<b>445 €</b>	<b>495 €</b>
Privatisation de la suite exclusive, suivie d'une prestation de massage de 50 min. et d'un soin du visage coup d'éclat de 20 min. à deux, accompagnée d'une pause gourmande**			



\*\* : champagne ou cocktail de jus de fruit, mignardises  
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

Tarifs présentés TTC  
WE : samedi, dimanche et jours fériés Tarifs présentés TTC

**Les soins minceurs**

STIMULER VOTRE ORGANISME, BOOSTER VOTRE METABOLISME POUR ELIMINER LES TOXINES ET AFFINER VOTRE SILHOUETTE

		SEMAINE	WEEK-END
<b>ENVELOPPEMENT MARIN CHRONO-DRAINANT</b> Soin 2-en-1 : enveloppement aromatique algal et modelage drainant, pour une silhouette et des jambes allégées.	45 min.	<b>80 €</b>	<b>90 €</b>
<b>SÉANCE DE PRESSOTHÉRAPIE <i>Nouveau</i></b> Drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs pour améliorer la circulation sanguine : aide à drainer les toxines, réduire l'apparence de la cellulite et raffermir les tissus.	20 min.	<b>49 €</b>	<b>59 €</b>
<b>MASSAGE DRAINANT</b> Massage manuel du ventre, des cuisses, des jambes et des bras permettant d'activer les échanges circulatoires pour agir sur la rétention d'eau et drainer les toxines.	50 min.	<b>115 €</b>	<b>125 €</b>
<b>SCULPT SILHOUETTE <i>Nouveau</i></b> La combinaison de 3 soins pour un effet optimal : Gommage revitalisant ciblé sur le ventre, les fesses et les cuisses pour redessiner la silhouette en activant la micro-circulation, Enveloppement aux cranberries, Massage tonique d'une zone ciblée par des manœuvres drainantes et sculptantes pour une sensation immédiate de fermeté et légèreté.	70 min.	<b>170 €</b>	<b>185 €</b>

**COFFRET MINCEUR *Nouveau*****685€**

2 Sculpt Silhouette  
4 Séances de pressothérapie  
2 Enveloppements chrono-drainant

**Un coaching haut de gamme****REDECOUVRIR, COMPRENDRE ET CONTRÔLER SON CORPS**

Nos préparateurs physiques, Louise et Luc, sont des coachs sportifs diplômés à votre écoute pour vous aider à retrouver ou à améliorer votre condition physique globale.

**PILATE & AQUA PILATES**

Séance de 60 min. dans le bassin d'eau de mer chauffée  
(5 personnes maximum par séance)

<b>1 séance</b>	<b>45 €</b>
<b>5 séances</b>	<b>210 €</b>
<b>10 séances</b>	<b>400 €</b>

*La philosophie du Pilates réside dans le fait d'amener le corps et l'esprit à ne faire qu'un, de trouver une synergie bénéfique à la recherche de l'exécution parfaite. C'est une méthode douce qui vise à renforcer les chaînes musculaires profondes du corps ; améliorer sa silhouette et accroître sa force intérieure .*

**COACHING PERSONNALISÉ**

Dans un cadre naturel sur la plage, dans la salle de sport de l'hôtel ou au Parcours marin, une séance individuelle adaptée à votre niveau avec notre coach sportif

<b>60 min.</b>	<b>105 €</b>
----------------	--------------

*Nos préparateurs physiques mettent un point d'honneur à adapter chaque séance selon différents critères. Les circuits training permettent de muscler, renforcer et tonifier votre corps avec ou sans matériel. Des séances énergisantes parfaites pour se sentir bien dans son corps et dans son esprit. Un professionnel à votre écoute selon vos besoins, envies, pathologies...*

**Les soins enfants by Toofruit**

## LES PAPOUILLES DE BONHEUR / à partir de 5 ans

Une gamme de produit BIO, certifiée ECOCERT, à base de fruits tels que l'abricot, la myrtille, la vanille ... pour une expérience gourmande.

Dans une suite exclusive, partagez un soin bien-être avec votre enfant pour des souvenirs inoubliables.

		WEEK-END
<b>MA DOUCE FRIMOUSSE</b>	20 min.	<b>40 €</b>
1er soin du visage BIO pour enfant. Maintien la vitalité et l'hydratation de la peau dans le respect de la morphologie de l'enfant.		
<b>MON SOIN RELAX</b>	20 min.	<b>40 €</b>
1er massage BIO pour enfant. Favorise la détente, le repos et la confiance en soi dans le respect de l'intimité de l'enfant.		
<b>COMPLICITE PARENT &amp; ENFANT</b>	20 min.	<b>95 €</b>
Dans une suite exclusive, partagez avec votre enfant un soin de 20 min. pour un moment unique.		
<b>BULLE GOURMANDE</b>	40 min.	<b>150 €</b>
Dans une suite exclusive, une séance de bain hydromassant (20 min.) suivie de 2 soins de 20 min. pour une complicité absolue favorisant l'attachement et l'écoute autour d'une pause gourmande.		

*Des parfums naturels et gourmands, des textures agréables, des formules adaptées à leur peau sensible.*

Tarifs présentés TTC

WE : samedi, dimanche et jours fériés Tarifs présentés TTC



### Les coffrets du SPA MARIN

OPTEZ POUR NOS COFFRETS ET BENEFICIEZ D'OFFRES PREFERENTIELLES

<b>COFFRET « RÉ LA BLANCHE » BY THALGO</b> 10 heures de soins, soit 12 séances de 50 min. *	<b>1150 €</b>
<b>COFFRET JEUNESSE SUPRÊME *</b> 1 Soin visage Exception marine 4 Soins Kobido suprême	<b>625 €</b>
<b>COFFRET MINCEUR *</b> 2 sculpt silhouette 4 séances de pressothérapie 2 enveloppements chrono-drainant	<b>685 €</b>

*\* Sur réservation et en fonction des disponibilités les week-ends et jours fériés.*

*Validité des Coffrets : 12 mois à compter de la date d'achat ; non nominatif et non remboursable.*

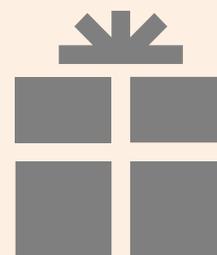
*Tarifs présentés en TTC*

### CARTE CADEAU

Pour faire plaisir à vos proches,  
nous vous proposons tous nos soins de la carte du SPA MARIN en format «CARTE CADEAU».  
Pour tout renseignement, contactez notre équipe au 05 46 09 52 52

*Durée de validité : 12 mois à compter de la date d'achat.  
Carte Cadeau non nominative et non remboursable. Réservation obligatoire.  
Echangeable à la réservation avec tout produit ou soin de même valeur.*

**Une carte cadeau échue ne peut donner lieu à un échange, prolongement ou remboursement.**



## Informations pratiques

### HORAIRES D'OUVERTURE

Tous les jours de 10h-12h30 & 14h-19h\*

Des horaires élargis seront proposés sur la période estivale.

### RÉSERVATION

Les réservations s'effectuent auprès de la réception du SPA MARIN :

05 46 09 52 52

reservationspa.hr@larmateurdusoleil.fr

Un versement de 50% d'arrhes vous sera demandé pour confirmer votre rendez-vous..

### POLITIQUE D'ANNULATION

Pour les rendez-vous annulés à moins de 48 heures, les arrhes seront facturées.

Les rendez-vous annulés à moins de 24 heures seront facturés à 100%.

En cas de non-présentation au rendez-vous, les soins réservés vous seront également facturés dans leur intégralité.

### ARRIVÉE POUR VOTRE SOIN

Nous vous remercions d'arriver 15 minutes avant votre soin afin de profiter pleinement de l'environnement et d'accéder en toute sérénité à votre prestation.

Par respect des autres clients, une arrivée retardée ne pourra pas entraîner une prolongation du soin.



### TENUE

Si vous êtes en séjour à l'Hôtel HR, il vous est demandé d'accéder au SPA vêtu du peignoir et chaussé des chaussons que vous trouverez dans votre chambre. Si vous n'êtes pas logés à l'hôtel, des vestiaires sont à votre disposition dans lesquels vous trouverez tout ce dont vous aurez besoin. Les peignoirs, serviettes et tongs sont la propriété du Spa Marin et doivent obligatoirement être déposés dans les panières mises à votre disposition dans les vestiaires.

### PARCOURS MARIN

Le port du maillot de bain est obligatoire.

L'usage de produits cosmétiques est interdit dans l'enceinte du parcours marin.

### TÉLÉPHONE PORTABLE

Afin de respecter la tranquillité de chacun, nous vous remercions d'éteindre vos téléphones portables et vos tablettes dans l'enceinte du SPA MARIN.

### AGE REQUIS

Les soins THALGO & ELLA BACHÉ sont accessibles à partir de 16 ans.

Une gamme de soins spécifiquement développée pour les enfants, TOOFRUIT, est disponible pour les enfants de plus de 5 ans.

Le parcours marin n'est pas recommandé aux personnes de moins de 16 ans car les équipements de cet espace ne sont pas adaptés aux enfants.

### CONTRE-INDICATIONS

Nous vous remercions de bien vouloir nous indiquer si vous souffrez de problèmes de santé et de nous signaler toute grossesse en cours car certains soins pourraient vous être déconseillés.

Le cas échéant, nous vous demanderons une autorisation médicale.

L'armateur  
DU SOLEIL

HR  
SPA MARIN  
ÎLE DE RÉ

\*La direction se réserve le droit de modifier les horaires d'ouverture.



# HR

## HÔTEL & SPA MARIN

ÎLE DE RÉ  
\*\*\*\*\*

*Nos séjours Bien-être & Thalasso*

DECOUVREZ NOS PROGRAMMES DANS LA NOUVELLE CARTE

« Une immersion marine au bord de l'océan »

Edition 2025

DES PROGRAMMES DE SOINS ADAPTÉS À VOS ENVIES

- ☀ de 2 à 5 jours
- ☀ de 4 à 16 soins (*jusqu'à 9 heures de soins cumulés*)
- ☀ avec ou sans hébergement en demi-pension

SIX THÉMATIQUES « BIEN-ÊTRE » POUR RÉPONDRE À TOUS VOS BESOINS

- ☀ Essentiel marin
- ☀ Lâcher prise
- ☀ Vitalité
- ☀ Signature
- ☀ Détox & Silhouette
- ☀ Détente & beauté

# HR

HR S

Île de Ré

HR Hôtel & Spa Marin \*\*\*\*\*  
44 avenue de la plage – 17630 La Flotte

05 46 09 52 52  
reservationspa.hr@larmateurdusoleil.fr  
www.hotel-le-richelieu.com