



# IRS

## SPA MARIN

ÎLE DE RÉ  
\*\*\*\*\*

CARTE DE SOINS - EDITION 2026

*Face à l'océan, l'hôtel HR\*\*\*\*\* et son spa marin sont nichés dans l'un des plus beaux villages de l'île de Ré, La Flotte.*

*Traversez ses venelles, flanez le long du port puis longez le bord de l'eau et découvrez cet écrin de bien-être vibrant aux rythmes des marées.*

*Prélasssez vous au parcours marin avec son bassin d'eau de mer chauffé à jets et son jacuzzi, son bain d'eau froide, hammam, sauna, sa fontaine de glace et ses trois douches sensorielles (relaxante, tropicale et écossaise).*

*Puis laissez vous guider par notre équipe spa, attentive à votre bien-être, où l'expertise et la sérénité resonnent tout au long de votre expérience de soins.*

*Pour parfaire cette détente, nous vous inviterons dans notre salle de repos au mur de sel de l'Himalaya pour un moment suspendu.*

*Lié à un partenariat d'excellence avec les laboratoires "Thalgo" qui, depuis 60 ans, identifient et développent des gammes avec les meilleurs actifs marins, "Ella Baché" par son expertise médico-esthétique et la gamme "Too fruit" proposant des produits bio adaptés à la peau des tout petits.*

*Une parenthèse de calme et de douceur bercée par les embruns de l'océan.*



# S O M M A I R E

04	Soins visage
08	Soins corps
10	Soins drainant
12	Massages
14	Expériences duo
16	Rituels
18	Soins enfants
20	Coaching
22	Club spa
27	Informations pratiques

# Anti-âge

## 4 SOINS VISAGE

### Soin régénérant – Prodige des Océans

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Ce rituel de beauté suprême offre une régénération ultime pour une jeunesse globale. Parfaite alchimie entre efficacité et sensorialité, ce soin prodigue les bienfaits revitalisants de l'Intelligence Marine Régénérative, concentré absolu de 63 principes actifs marins – brevet exclusif Thalgo. Ce soin lisse visiblement les rides, redonnent fermeté et élasticité à la peau.

### Soin redensifiant – Exception marine *notre coup de ♥*

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Véritable "lifting" manuel, ce soin repose sur la technique de modelage exclusive 'Energilift'. Développée en collaboration avec un médecin esthétique, il permet de lisser les rides, lifter le visage et redessiner l'ovale. Pour optimiser les résultats, un masque de bio-cellulose imprégnée d'actifs redensifiants-liftants vient repulper intensément.

### Soin combleur – Hyalu-Procollagène

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Soin ride à ride associant acides hyaluroniques & pro-collagène marin aux rollers boosters, pour une efficacité visible, dès le 1er soin. Instantanément, le visage paraît plus jeune, comme décripé et les rides même installées semblent lissées.

### Soin énergisant, lissant – Spiruline Boost

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

1er soin énergisant lissant qui défatigue les traits, lisse les rides et ravive l'éclat du teint grâce à un masque frais peel off à base de Spiruline et de Magnésium marin.

### Massage visage – liftant, repulpant – Kobido *notre coup de ♥*

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

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 du teint.

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.



## Essentiels des océans

50min – 98€\* | 125€ week-end et jours fériés

Hydratant, purifiant, apaisant nourrissant ou détoxifiant, nos expertes réaliseront un diagnostic avant le soin afin de sélectionner le protocole adapté à vos besoins.

## Soin visage "Equilibre" pour homme *notre coup de* ♥

50min – 98€\* | 125€ week-end et jours fériés

Enrichi en extrait d'algue bleue vitale, complexe énergisant cellulaire, et fort de son massage décontractant, ce soin apporte une solution sur-mesure aux peaux masculines.

## Soin visage "coup d'éclat"

20min – 65€\* | 75€ week-end et jours fériés

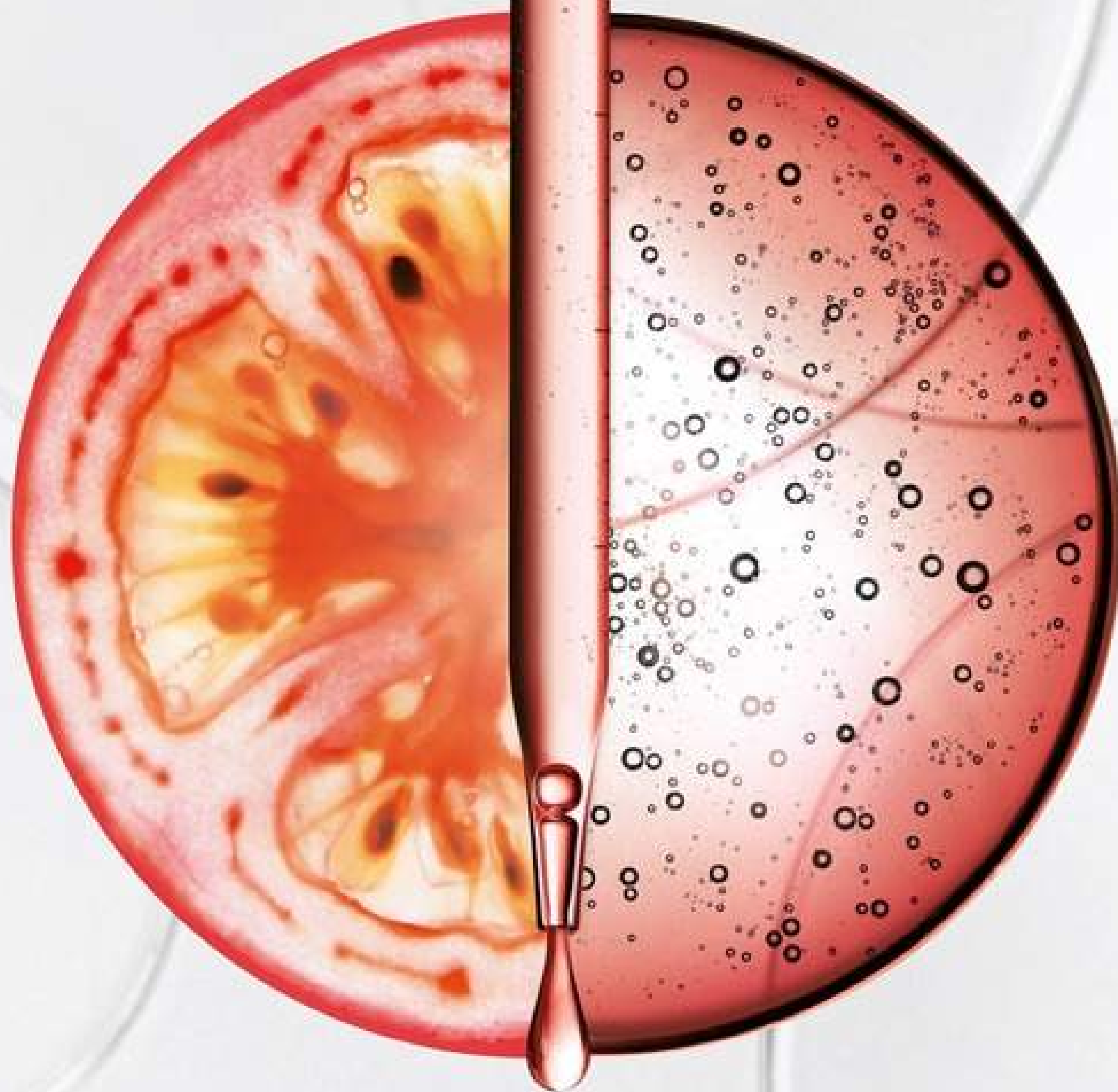
Redonner de l'éclat à votre peau grâce à la gamme "Eveils à la mer" : nettoyage, gommage, sérum et crème de jour.

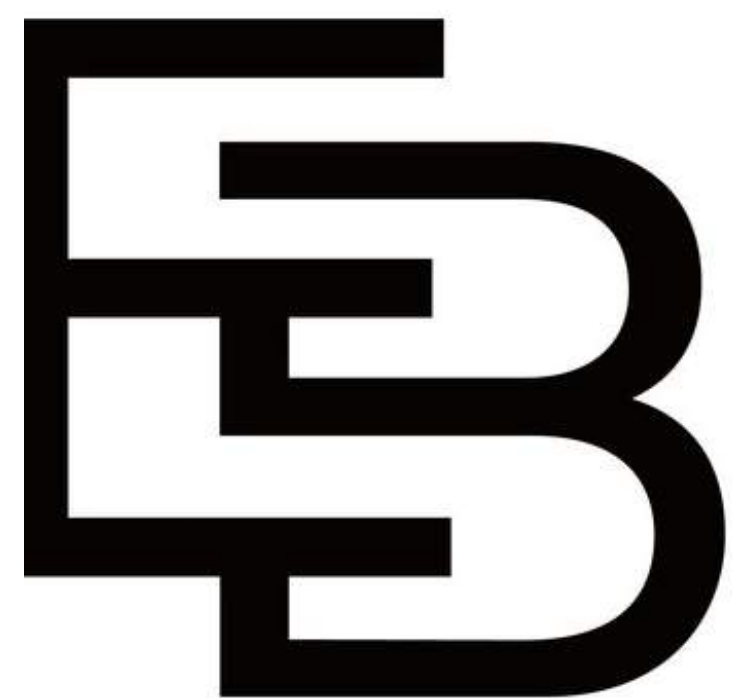
## Coffret jeunesse suprême

50min x 5 | 540,00€

1 soin du visage hyalu-procollagène + 4 massages kobido suprême

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.





## Skintex Diag

20min – 28€ | Offert pour tout Skintex Lab 50min

Rides, hydratation, élasticité, relâchement des paupières, cernes, rougeurs, tâches, sébum..

Chaque peau est unique et exprime des besoins nutritionnels évolutifs. C'est pourquoi le diagnostic doit précéder toute prescription de soin.

## Skintex Lab

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Soin multi-technologies (infrarouge, ultrasons, cryothérapie)

Alternative à un acte de médecine esthétique, avec des résultats visibles dès la 1ère séance, sans effets invasifs.

## Tomate glow

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Soin signature inspiré des techniques dermo-esthétiques de méso-peeling et enrichi en AHA, Tomate glow transforme visiblement la qualité de peau dès la 1ère séance.

Ses formules sont associées au device micro-vibrant qui optimise l'assimilation des soins par la peau.

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.

Une révolution-beauté débutant en 1936 à Paris avec une des premières femmes pharmacienne devenue une des icônes pionnières du soin.

Avec une vision profonde de la beauté et de la peau, elle recherche des solutions novatrices : elle introduit le diagnostic de peau comme préalable à toute prescription beauté, se spécialise dans les actifs alimentaires.

Pionnier encore, son laboratoire fait rentrer le soin dans l'ère de la beauté connectée en mettant au point des technologies révolutionnaires de diagnostic et de soin.

# ∞ SOINS DU CORPS

FRS  
SPA MARIN  
ÎLE DE RÉ  
\*\*\*\*\*





# Soins essentiel marin

---

## Bain sensoriel

20min – 55€\* | 65€ week-end et jours fériés

Bain de lait, bleu des lagons ou bain aux huiles essentielles

## Gommage

30min – 65€\* | 75€ week-end et jours fériés

- [Revitalisant marin – Doux](#)

Ce gel granité exfolie la peau tout en lui apportant les minéraux et oligo-éléments indispensables à sa vitalité. Sa texture gélifiée enveloppe la peau d'un parfum marin frais.

- [Pâte de gingembre – Moyen](#)

Inspirée des traditions ayurvédiques, cette pâte huileuse fondante et épicée aux notes de santal ambré, associe poudre de gingembre, sels marins et sucre, pour exfolier et nourrir délicatement la peau.

- [Coques de coco – Fort](#)

Riche en coques de coco et sel marin, ce gommage exfolie la peau en douceur et l'enveloppe d'un doux parfum monoï.

## Enveloppement

30min – 65€\* | 75€ week-end et jours fériés

- [Cold cream – Nourrissant](#)

Baume onctueux enrichi de beurres de fruits et d'huile d'algue marine.

- [Aux 3 algues – Revitalisant](#)

Crème d'algues brevetée, 100% pure et naturelle, riche en minéraux, vitamines et oligo-éléments essentiels.

## Séance de lit hydro-massant

20min – 40€\* | 50€ week-end et jours fériés

Matelas souple rempli d'eau chaude et équipé d'un propulseur qui envoie des jets d'eau chaude puissants pour masser la face dorsale du corps.

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.

# 10 SOINS DRAINANT

## Chrono drainant

45min – 80€\* | 90€ week-end et jours fériés

Soin 2 en 1 : Enveloppement aromatique algal et modelage drainant des jambes pour une silhouette allégée.

## Séance de pressothérapie

20min – 49€\* | 59€ week-end et jours fériés

Technique de drainage mécanique des membres inférieurs permettant d'améliorer la circulation sanguine et lymphatique.

## Massage drainant

1 zone – 20min – 65€\* | 75€ week-end et jours fériés

2 zones – 50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

3 zones – 80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Massage manuel du ventre, des cuisses, des jambes et des bras membres permettant d'améliorer la circulation sanguine et lymphatique pour agir sur la rétention d'eau et drainer les toxines

## Coffret sculpt-drainant

5 soins – 298,00€

1 gommage revitalisant

2 séances d'enveloppement chrono-drainant

2 séances de pressothérapie

*Bénéficiez de -10% sur vos produits de la gamme corps*

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.

## Massage sérénité – Signature Spa Marin *notre coup de ♥*

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Inspiré de notre environnement marin sur l'île de Ré :  
Tel un courant aquatique sur le corps, notre massage signature vous fait voyager au grès des marées comme une invitation au lâcher prise.



## Massage sur-mesure

20min – 65€\* | 75€ week-end et jours fériés

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Massage intégralement adapté à votre besoin et état du moment. (Relaxant, prénatal, drainant, ciblé..)

## Massage San Bao - relaxant et décontractant

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

San Bao signifie littéralement « 3 trésors » et fait référence au Jing, Qi et Shen (essence, vitalité et esprit). Le massage San Bao est une thérapie manuelle holistique visant essentiellement la relaxation et la tonification des muscles.

## Séance de Watsu

50min – 145€\* | 165€ week-end et jours fériés

Massage aquatique réalisé dans notre bassin d'eau de mer chauffée. Contraction de water et shiatsu, c'est une technique de massothérapie d'origine japonaise qui utilise le toucher pour ramener l'équilibre dans le corps porté par L'eau marine et ses bienfaits

*Cette prestation est disponible sur réservation anticipée.*

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendredi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.



# Massages bien-être

## Massage Dô-Krân *notre coup de ♥*

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Massage ciblé et profond englobant la tête, la nuque et le dos

## Massage indien – rééquilibrant

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Massage 100% manuel inspiré de l'Ayurvêda, qui s'appuie sur la science des Marmas pour délier les points de tension et retrouver ainsi une harmonie corps et esprit.

## Massage polynésien – relaxant NOUVEAUTE 2026

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Massage relaxant inspiré du traditionnel Lomi-Lomi qui combine des manœuvres douces et enveloppantes.

## Massage French Riviera – Signature Thalgo *notre coup de ♥*

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Massage revitalisant au galet chaud combinant soleil, mer méditerranée et galet chaud à des manœuvres fluides et enveloppantes.

## Massage prénatal NOUVEAUTE 2026

50min – 118€\* | 138€ week-end et jours fériés

Peut être pratiqué du 4<sup>e</sup> au 8<sup>e</sup> mois de grossesse.

Ce massage prénatal vise à soulager les membres inférieurs et les tensions musculaires du dos.

*\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendredi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.*

Partagez un délicieux moment de relaxation à deux !  
Découvrez l'ensemble de nos expériences duo, page 14,  
pour faire de votre venue un instant unique de complicité  
à deux dans l'une de nos suites de soins exclusives.



# 14 EXPÉRIENCES À DEUX



# Expériences à deux

---

## Expérience à deux

50min – 236€\* | 276€ week-end et jours fériés

Dans une suite exclusive du spa marin, partagez un soin de 50 minutes de votre choix pour un moment unique

## Expérience douceur

50min – 155€\* | 175€ week-end et jours fériés

Privatisation de la suite exclusive du spa marin pour profiter des installations dans un cadre intimiste, accompagnée d'une pause gourmande\*\* – *prestation de soins non incluse voir expérience divine ou prestige.*

## Expérience divine

110min – 355€\* | 395€ week-end et jours fériés

Privatisation de la suite exclusive du spa marin suivie d'une prestation de 50 min. à deux, accompagnée d'une pause gourmande\*\*

## Expérience prestige

130min – 475€\* | 525€ week-end et jours fériés

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\*\*

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.

\*\* *La pause gourmande se compose de mignardises à partager et d'une demi-bouteille de champagne. Lors de la réservation, merci de nous indiquer toutes allergies alimentaires ou toutes autres demandes spécifiques.*

# Voyages

---

*“Voyager, c’est donner un sens à sa vie. Voyager, c’est donner de la vie à ses sens”*  
*Alexandre Poussin*

## Polynésie

100min – 228€\* | 258€ week-end et jours fériés

Bain bleu des océans, gommage aux coques de coco et massage île pacifique relaxant

## Mer des Indes

100min – 228€\* | 258€ week-end et jours fériés

Bain de lait, gommage à la pâte de gingembre et massage indien rééquilibrant

## Méditerranéen

110min – 238€\* | 268€ week-end et jours fériés

Gommage marin revitalisant, enveloppement aux 3 algues et massage signature French Riviera

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendr edi, hors jours fériés, ponts et mois d’août.



## Découverte

60min – 155€\* | 170€ week-end et jours fériés

Un massage de 20min., un soin visage 20mn., une séance de lit hydro-massant 20min.

## Velours

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Un gommage de 30 min. et un massage de 50 min. au choix (hors watsu)

## Divin

80min – 178€\* | 198€ week-end et jours fériés

Un gommage de 30 min., un enveloppement 30 min. et un massage de 20 min.

## Prodiges des océans corps & visage

120min – 238€\* | 268€ week-end et jours fériés

Le soin visage breveté s'associe à un massage corps pour un relâchement total.

\*En semaine, sous réserve de disponibilité, du lundi au vendredi, hors jours fériés, ponts et mois d'août.

## Formule Spa

Un velouté, tartine ou salade à la carte  
et jus détox ou thé gourmand

*Avant ou après vos soins une formule  
déjeuner adaptée sur réservation*



## Bulle matinale

84€ | le matin

- Petit-déjeuner
- 1h d'accès à l'espace marin
- Une séance de lit hydro-massant 20 min

## Lunch'N Spa

198€ | 228€ week-end et jours fériés

*Hors jour de brunch*

- 1h d'accès à l'espace marin
- Un massage de 50 min. au choix (*hors watsu*)
- Une séance de lit hydro-massant 20 min
- Un déjeuner (formule hors boissons)

## Brunch'N Spa

256€

- 1h d'accès à l'espace marin
- Un massage de 80 min. au choix
- Un brunch

*Contactez-nous pour connaître nos dates de brunch*

# 18 SOINS ENFANTS



# Soins enfants – à partir de 5 ans

---

Un engagement éthique et durable, avec son label ECOCERT à base de fruits pour une expérience gourmande. Partagez plus qu'un soin avec votre enfant, vivez un moment de complicité en lui créant des souvenirs inoubliables.

« Le véritable voyage, ce n'est pas de parcourir le désert ou de franchir de grandes distances sous-marines, c'est de parvenir en un point exceptionnel où la saveur de l'instant baigne tous les contours de la vie intérieure. »

Saint Exupéry

## Ma douce frimousse

20min – 40€

1er soin visage bio pour enfants – Maintient la vitalité et l'hydratation de la peau.

## Mon soin relax

20min – 40€

1er massage bio pour enfants – Favorise la détente et la confiance en soi dans le respect de l'intimité de l'enfant.

## Complicité parent et enfant

20min – 105€

Dans une suite exclusive, partagez un soin de 20 minutes pour un moment de détente unique.

## Bulle gourmande

40min – 150€

Dans une suite exclusive, partagez une séance de bain hydro-massant de 20min ainsi qu'un soin de 20 minutes pour une complicité absolue favorisant l'attachement et l'écoute autour d'une pause gourmande\*\*.

## Bulle relaxante

NOUVEAUTE 2026

60min – 215€

Dans une suite exclusive, partagez une séance de bain hydro-massant de 20min ainsi que deux soins de 20 minutes par personne pour une complicité absolue favorisant l'attachement et l'écoute autour d'une pause gourmande\*\*.

\*\* La pause gourmande se compose de mignardises et d'un jus fruit frais à partager.

Lors de la réservation, merci de nous indiquer toutes allergies alimentaires ou toutes autres demandes spécifiques.



A person wearing a dark shirt and light-colored pants is standing in a field of tall, golden-brown grass. They are holding a long, light-colored wooden staff or pole. The background is a soft-focus landscape with more grass and a distant horizon. A dark green vertical bar is on the left side of the image, containing the page number and title.

# 20 COACHING



## Pilates - aqua Pilates

1 séance de 60 minutes - 45€

5 séances de 60 minutes - 210€

10 séances de 60 minutes - 400€

Méthode douce dont les objectifs sont le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture et l'assouplissement articulaire, pour un entretien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques.

5 personnes maximum par séance

## Coaching personnalisé

60min - 105€

Séance individuelle adaptée à votre niveau avec un professionnel à l'écoute de vos besoins, vos envies et de vos pathologies.



# CLUB SPA

22



BÉNÉFICIEZ DE -10% TOUTE L'ANNEE AU RESTAURANT  
DE L'HÔTEL HR\*\*\*\*\* EN DEVENANT MEMBRE\*

La carte 10h00 de soins – 1260,00€ *(soit 105,00€ la prestation de 50mn)*

Carte non nominative – valable 12 mois

*Les avantages club :*

- *Deux séances de pressothérapie offertes et son jus détox ( 61,00€)*
- *Deux séances d'aqua-pilates ( 90,00€)*

La carte 15h00 de soins – 1720,00€ *(soit 95,55€ la prestation de 50mn)*

Carte non nominative – valable 12 mois

*Les avantages club :*

- *Deux séances d'aqua-pilates ( 90,00€)*
- *Une expérience douceur (155,00€)*

La carte spa – 980,00€

Carte nominative – valable 12 mois – sur réservation

*Profitez de 24 accès à l'espace marin incluant sa séance de lit hydro-massant*

\*Hors boissons, hors homard, cette remise est non applicable sur des offres ou évènements spécifiques et sur réservation.

# SEJOURS BIEN-ETRE

24





*“Ici, la mer ne se raconte pas, elle se vit”*

Des programmes de soins adaptés à vos envies de 2 à 5 jours

Des thématiques “bien-être” pour répondre à vos besoins

### ESSENTIEL MARIN

*Régénérez votre peau par les bienfaits de l'Océan:*

*Revitaliser & Dynamiser, Reminéraliser votre corps par les bienfaits de L'Océan*

### LACHER-PRISE

*Détente absolue pour rééquilibrer le corps et l'esprit:*

*Relâcher les tensions corporelles, se déconnecter du quotidien, retrouver un équilibre physique et mental.*

### DETOX & VITALITE

*Retrouver énergie et vitalité par une sélection de soins marins et activités qui aideront à régénérer le corps*

### SIGNATURE

*La quintessence du spa marin. Une sélection des meilleurs soins pour une détente optimale et une expérience unique.*

## UNE CARTE CADEAU À OFFRIR ?

EN VENTE :

- sur place à l'accueil du spa marin
- par téléphone au 05 46 09 52 52
- sur notre site :

[www.hotel-hr-spamarin.fr](http://www.hotel-hr-spamarin.fr)

*Scannez moi !*



**HR**  
SPA MARIN  
(leclercq)

CARTE CADEAU

# INFORMATIONS PRATIQUES

## HORAIRES

Tous les jours de 10h à 12h30 et de 14h à 19h. \*

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

## RÉSERVATION

Les réservations s'effectuent auprès de la réception du Spa Marin, par téléphone ou par e-mail :

05 46 09 52 52

reservationspa.hr@larmateurdusoleil.fr

Un versement de 50% d'arrhes vous sera demandé pour confirmation.

## 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 pour les clients suivants, une arrivée retardée ne pourra pas entraîner une prolongation du soin.

## PARCOURS MARIN

Le port du maillot de bain est obligatoire.

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

## TENUE

Si vous êtes en séjour à l'hôtel HR, il vous est demandé d'accès au spa vêtu d'un 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 sandales sont la propriété du Spa Marin et doivent obligatoirement être disposés dans les paniers mises à votre disposition dans les vestiaires.

## 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 et 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, en amont de votre rendez-vous, tout problème de santé (maladie, asthme, allergies, ..). Certains soins pourraient vous être déconseillés. Selon les pathologies, une autorisation médicale pourra vous être demandée. Nous recevons les femmes enceintes à partir de 3 mois minimum et jusqu'à 8 mois de grossesse.



# HRs

## SPA MARIN

ÎLE DE RÉ

\*\*\*\*\*

[www.hotel-hr-spamarin.fr](http://www.hotel-hr-spamarin.fr)

Renseignements et réservations:

**05 46 09 52 52**

[reservationspa.hr@larmateurdusoleil.fr](mailto:reservationspa.hr@larmateurdusoleil.fr)

44 avenue de la plage - 17630 La Flotte

