

## OFFRE DÉCOUVERTE - NOUVEAUX SOINS

1 séance de **Réflexologie Faciale achetée\*** ..... 46€ (30MIN) / 70€ (50MIN)

=

1 séance de **Réflexologie Palmaire offerte**

### TISANERIE

Dégustation de tisanes et découverte de leurs bienfaits ..... GRATUIT

Tous les mardis à partir de 14h - sur le plateau fitness

Tous les samedis à partir de 13h - sur les bassins

### TANDEM ZEN

Sophrologie (45min) et Pilates (45min) ..... 15€ (ABONNÉS : GRATUIT)

Jeudi 2 Novembre - avec **Caroline** et **Nathalie** de 13h30 à 15h

### SHIATSU

2 Ateliers initiation en binôme ..... 15€/BINÔME (ABONNÉS : 10€)

Samedi 11 Novembre - par **Michel Janne**, Professeur de l'école du shiatsu «QISEIDO»

› 1 parent et 1 enfant de 16h à 17h

› 1 couple adulte de 17h à 18h

enfant à partir de 8 ans

### LOUNGE BEAUTÉ AU SPA OCÉANE

Journée découverte des bienfaits de l'océan

Vendredi 17 Novembre - avec **Algotherm**

› soin mise en beauté (30mn) ..... 29€

› test des produits et vente privée ..... (-20%)

### COURS DE TAI CHI

Thème : le renouvellement pour la nouvelle lune ..... 15€ (ABONNÉS : GRATUIT)

Samedi 18 Novembre de 14h à 15h

### DETOX AUTOMNALE

Détendez et relâchez vos tensions ..... 25€

Dimanche 19 Novembre de 11h à 13h30

› Exercices alliant respiration, postures auto-massage et accu-pression

› Conseils alimentaires adaptés à la saison automnale

› Petite collation incluse

### SOIRÉE ZEN

• **Mardi 28 Novembre** ..... 15€ (ABONNÉS : 10€)

**Aqua** - 19h : Aquarelax dans le bassin balnéo

**Fitness** - 20h : Atelier BODY ZEN et dégustation de jus DETOX

**SPA** - Massage Pija Képala (cranien) aux participants

