



# HR

HÔTEL & SPA MARIN

ÎLE DE RÉ  
\*\*\*\*\*

*Le lieu idéal pour vos séjours bien-être*  
UNE IMMERSION MARINE AU BORD DE L'OcéAN



HR

*Hôtel & SPA marin*  
VOTRE DESTINATION BIEN-ÊTRE  
SUR L'ÎLE DE RÉ

Sur Île de Ré, l'hôtel & Spa Marin HR, c'est plus de 6 000 m<sup>2</sup> face à la plage de l'Arnerault à La Flotte en Ré.

Laisser vous bercer par les embruns de l'océan dans notre établissement disposant d'un espace de presque 800 m<sup>2</sup> dédié au bien-être, le Spa Marin.

Destination idéale pour équilibrer vos sens et vous immerger dans des instants de plaisirs inoubliables, nos expertes, soucieuses de votre bien-être, déploient leur savoir-faire et leur expertise pour vous prodiguer une sélection des meilleurs soins de la thalassothérapie dans une atmosphère raffinée.

Un doux cocon offrant des programmes exhaustifs aux vertus bénéfiques avec la ligne aux actifs marins des laboratoires THALGO.



Disposant de plusieurs catégories de chambres et suites, l'emplacement de notre complexe hôtelier vous permettra de profiter d'un paysage exceptionnel source de sérénité et d'épanouissement intense.

### *SPA Marin*

## TOUS LES BÉNÉFICES DE L'EAU DE MER ET DE SES ACTIFS POUR VOUS RESSOURCER

Notre équipe mets à votre disposition un Parcours Marin équipé d'un bassin d'eau de mer chauffé 36°C à jets ciblés, d'un jacuzzi chauffé, d'un hammam, d'un sauna, de trois douches sensorielles (relaxante, tropicale et écossaise) et d'un bain d'eau froide à 6°C idéal pour la récupération sportive.

Fortement concentrée en oligo-éléments, l'eau de mer renferme de nombreux atouts bénéfiques pour notre santé. Riche en éléments indispensables tel que le magnésium, le calcium, le potassium, le bicarbonate, le fluorure, le cuivre, le zinc, le phosphore ou encore le manganèse, toutes ces substances contribuent au bon fonctionnement de notre organisme.

Véritable cure de jeunesse, des bains d'eau de mer chauffée aident la peau à absorber plus rapidement et plus facilement tous les bénéfices des sels minéraux: regain de vitalité, cocktail anti-stress, régénération des cellules par la détoxination ionique.

Les programmes de soins définis par nos équipes en collaboration avec les Laboratoires THALGO complètent les effets bénéfiques de l'eau de mer chauffée.

Les différents soins à bases d'actifs marins et particulièrement les enveloppements du corps aux algues permettent de profiter de tous les bienfaits des actifs marins et des propriétés purifiantes des algues.

L'eau de mer chauffée, associée aux soins, sera votre meilleure alliée pour vous détendre et vous ressourcer.





*Des programmes bien-être adaptés à vos envies*  
1 JOURNÉE OU DES SÉJOURS DE 3 OU 5 JOURS...

#### LES JOURNÉES POUR SOI :

- Journée Découverte (3 soins)
- Journée Détente (3 soins)
- Journée Détox (4 soins)

#### LE SÉJOUR UNIQUE :

- 3 jours – 5 soins

#### LES SÉJOURS BIEN-ÊTRE \* :

3 jours & 8 soins OU 5 jours – 16 soins

- Programme Lâcher Prise
- Programme Rééquilibrant & Energisant
- Programme Beauté & Purification
- Programme Jouvance

*\* Pour les séjours de 3 jours, les soins sont programmés sur 2 jours  
Pour les séjours de 5 jours, les soins sont programmés sur 4 jours*

*Afin d'assurer la disponibilité de tous vos soins, notre équipe prendra contact avec vous pour planifier vos soins.  
Votre programme devra être validé 15 jours avant votre arrivée.*

### *Un coaching haut de gamme* REDÉCOUVRIR, 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.

#### PILATES & AQUA PILATES

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 .

Dans un cadre naturel, sur la plage ou dans le bassin d'eau de mer chauffée ...

#### COACHING PERSONNALISÉ

Louise et Luc 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...



*Ma journée bien-être*  
**UNE IMMERSION MARINE**

Profitez d'une journée pour vous immerger dans l'univers du SPA MARIN et des bienfaits des éléments naturels de l'océan.

**MA JOURNÉE DÉCOUVERTE / 135€**

- 1 lit hydromassant
- 1 enveloppement marin
- 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chauffée

**MA JOURNÉE DÉTENTE / 185€**

- 1 bain marin
- 1 lit hydromassant
- 1 massage «Etoile»

**MA JOURNÉE DÉTOX / 190€**

- 1 gommage corps
- 1 enveloppement marin CHRONO DRAINANT
- 1 lit hydromassant
- 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chauffée

*Une séance sur un lit hydromassant est une séance décontractante sur un matelas d'eau chaude associé à des jets à pression modulable pour masser votre corps.*

Tous nos programmes «bien-être» vous donnent accès au Parcours Marin de l'établissement de façon illimitée.



*Le séjour unique*  
**ALLIER DÉCOUVERTE DE  
L'ÎLE DE RÉ & BIEN-ÊTRE**

Le temps d'un séjour de 3 jours, visitez notre belle île tout en prenant soin de vous.

**MON SÉJOUR 3 NUITS – 5 SOINS**

- 1 bains marins 20'
- 1 gommage corps 30'
- 1 lit hydromassant 20'
- 1 enveloppement d'algues 30'
- 1 massage 30' ou 1 soin visage coût d'éclat 30'

**Sans hébergement / 275€**

**Avec hébergement à partir de\***

*Solo 999 €*

*Duo 747 € / pers.*

\* Chambre double classique ; Prix TTC en demi-pension

### Mon séjour bien-être

## UNE PARENTHÈSE HORS DU TEMPS POUR REPARTIR RÉGÉNÉRER !

Choisissez votre objectif Bien-Être, les tarifs dépendent uniquement de la durée de votre séjour et de la catégorie de chambre que vous souhaitez :



### JE DÉSIRE...

- Lâcher Prise
- Retrouver de l'énergie
- Sublimier mon être
- Rebooster ma peau Visage & Corps

### 3 NUITS - 8 SOINS

Sans hébergement / 490€

Avec hébergement à partir de\*

Solo 1216 €

Duo 963 € / pers.

### 5 NUITS - 16 SOINS

Sans hébergement / 920€

Avec hébergement à partir de\*

Solo 2130 €

Duo 1708 € / pers.

\* Chambre double classique ; Prix TTC en demi-pension

### Mon séjour bien-être

## LACHER PRISE

Je veux m'immerger dans une détente absolue avec au moins un massage quotidien.

### MON SÉJOUR 3 NUITS

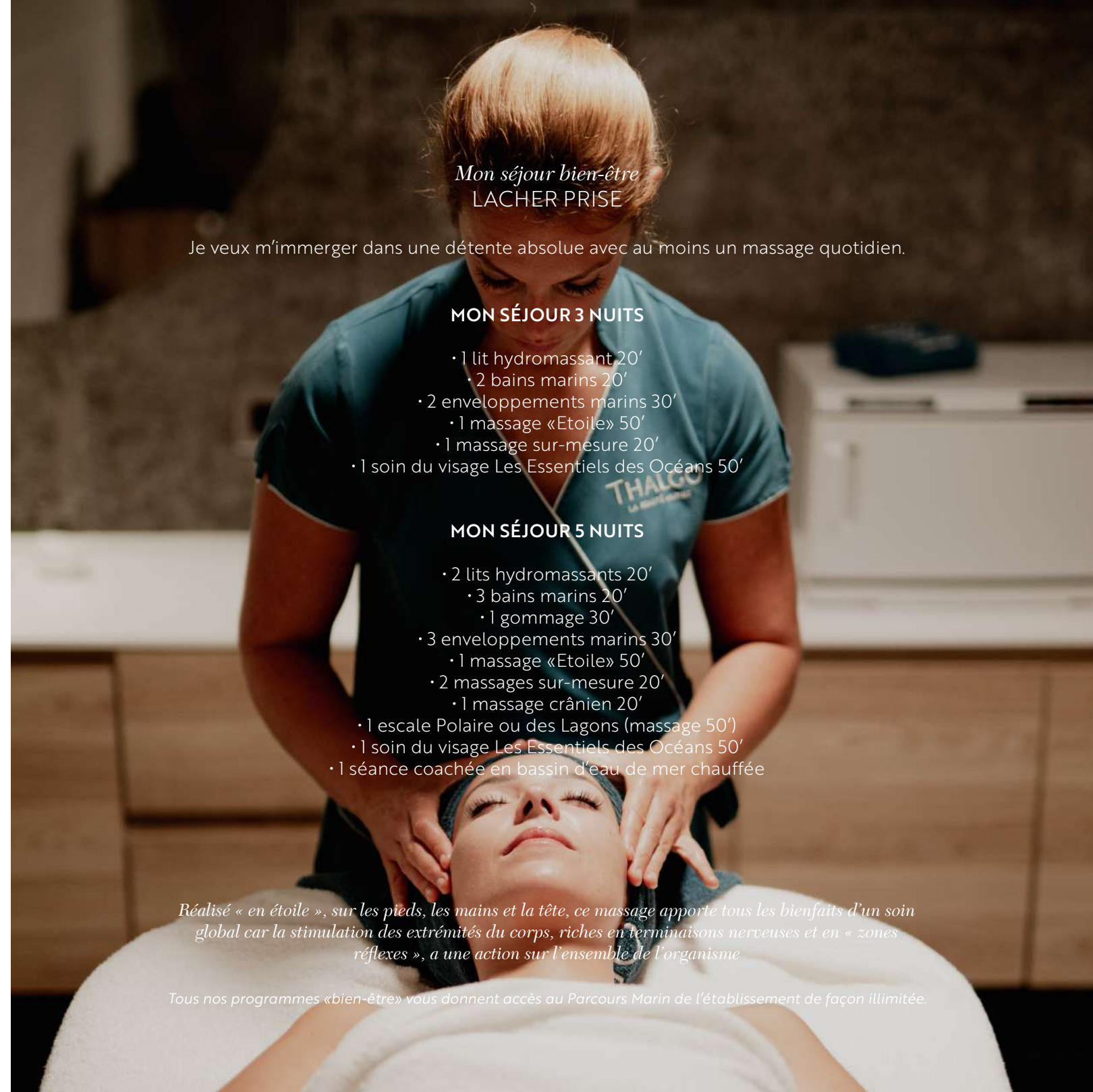
- 1 lit hydromassant 20'
- 2 bains marins 20'
- 2 enveloppements marins 30'
- 1 massage «Etoile» 50'
- 1 massage sur-mesure 20'
- 1 soin du visage Les Essentiels des Océans 50'

### MON SÉJOUR 5 NUITS

- 2 lits hydromassants 20'
- 3 bains marins 20'
- 1 gommage 30'
- 3 enveloppements marins 30'
- 1 massage «Etoile» 50'
- 2 massages sur-mesure 20'
- 1 massage crânien 20'
- 1 escale Polaire ou des Lagons (massage 50')
- 1 soin du visage Les Essentiels des Océans 50'
- 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chauffée

Réalisé « en étoile », sur les pieds, les mains et la tête, ce massage apporte tous les bienfaits d'un soin global car la stimulation des extrémités du corps, riches en terminaisons nerveuses et en « zones réflexes », a une action sur l'ensemble de l'organisme

Tous nos programmes «bien-être» vous donnent accès au Parcours Marin de l'établissement de façon illimitée.



*Mon séjour bien-être*  
**RÉÉQUILIBRANT & ÉNERGISANT**

Je veux me ressourcer et apporter un regain d'énergie à mon organisme.

**MON SÉJOUR 3 NUITS**

- 1 lit hydromassant 20'
- 1 bain marin 20'
- 1 gommage corps 30'
- 2 enveloppements marins 30'
- 1 escale Océanique ou Indienne (massage 50')
- 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chauffée
- 1 coaching personnalisé

**MON SÉJOUR 5 NUITS**

- 2 lits hydromassants 20'
- 3 bains marins 20'
- 1 gommage 30'
- 3 enveloppements marins 30'
- 1 massage «Etoile» 50'
- 1 escale Océanique ou Indienne (massage 50')
- 2 séances coachées en bassin d'eau de mer chauffée
- 2 coachings personnalisés

*Inspirée de la lithothérapie et des techniques ancestrales africaines pour stimuler et vivifier le corps intensément, l'Escale Océanique apporte des manoeuvres rythmées, enveloppantes et vivifiantes, associée aux cristaux de roche énergisants pour recharger et redynamiser votre corps.*

*Tous nos programmes «bien-être» vous donnent accès au Parcours Marin de l'établissement de façon illimitée.*

*Mon séjour bien-être*  
**BEAUTÉ & PURIFICATION**

Je veux sublimer ma peau, drainer et détoxifier mon corps.

**MON SÉJOUR 3 NUITS**

- 1 lit hydromassant 20'
- 2 bains marins 20'
- 1 gommage corps 30'
- 1 enveloppement marin CHRONO DRAINANT 45'
- 1 massage sur-mesure 20'
- 1 soin lift & fermeté adapté 50'
- 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chauffée

**MON SÉJOUR 5 NUITS**

- 2 lits hydromassants 20'
- 3 bains marins 20'
- 1 gommage corps 30'
- 1 enveloppement marin CHRONO DRAINANT 45'
- 2 enveloppements marins 30'
- 1 massage des pieds ou crâniens 20'
- 2 massages sur-mesure 20'
- 1 massages 50'
- 1 soin lift & fermeté adapté 50'
- 2 séances coachées en bassin d'eau de mer chauffée

*L'enveloppement CHRONO DRAINANT, un soin 2-en-1 : enveloppement aromatique algal et modelage drainant, pour une silhouette et des jambes allégées.*



*Mon séjour bien-être*  
JOUVANCE

Je veux une régénération ultime pour une jeunesse globale et une relaxation profonde.

**MON SÉJOUR 3 NUITS**

- 1 lit hydromassant 20'
- 2 bains marins 20'
- 1 gommage marin 30'
- 1 enveloppement marin 30'
- 1 soin global **PRODIGE DES OCEANS** 120'
- 1 séance coachée en bassin d'eau de mer chauffée

**MON SÉJOUR 5 NUITS**

- 2 lits hydromassants 20'
- 3 bains marins 20'
- 1 gommage marin 30'
- 3 enveloppements marins 30'
- 2 massages sur-mesure 20'
- 1 massages «Etoile» 50'
- 1 soin global **PRODIGE DES OCEANS** 120'
- 2 séances coachées en bassin d'eau de mer chauffée

*Le soin global **PRODIGE DES OCEANS** procure les bienfaits revitalisants de l'Intelligence Marine Régénérative, concentré absolu de 63 principes actifs marins – brevet exclusif **THALGO**.*

*Le Masque Prodiges des Océans agit comme une pure oxygénation repulpante, son massage spécifique, inspiré du **KO BI DO**, technique japonaise ancestrale de lifting manuel, lisse visiblement les rides, redonne fermeté et élasticité à la peau.*

*Ce soin s'associe à un massage corps qui conjugue des manoeuvres libératrices de toute tension pour un relâchement total. Un moment de pur plaisir pour se sentir profondément revitalisé et apaisé.*

Tous nos programmes «bien-être» vous donnent accès au Parcours Marin de l'établissement de façon illimitée.



*Des espaces de détente cocooning*  
**LE MUR DE SEL DE L'HIMALAYA**

La force et la beauté du sel de l'Himalaya, 100% naturel, obtenu 800 mètres sous le niveau de la mer, se présente dans des tons de rose pâle et de blanc pur.

Rare et précieux, le sel de l'Himalaya, en chargeant l'air en ions négatifs, génère des vibrations positives favorables à notre bien-être.

Un espace, avec un taux d'humidité contrôlé de moins de 40%, qui vous offre un cadre confortable et agréable pour une expérience de détente assurée.



## Informations pratiques

### HORAIRES D'OUVERTURE

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

### RÉSERVATION

Les réservations s'effectuent auprès de la réception de l'hôtel, par téléphone au(+33) 05.46.09.60.70 ou bien par mail à l'adresses reservation@hotel-le-richelieu.com

Les modalités tarifaires s'appliquant à votre réservation vous seront communiquées sur la confirmation de réservation.

### POLITIQUE D'ANNULATION

L'annulation est gratuite jusque 15 (quinze) jours avant la date d'arrivée prévue tel que mentionné sur la confirmation de réservation. La carte bancaire donnée en garantie de réservation, sera débitée au plus tard 15 (quinze) jours avant la date d'arrivée prévue.

Pendant votre séjour dans l'hôtel, en cas de non-présentation au rendez-vous, les soins réservés ne seront pas remboursés. Aucune modification de date de séjour ne sera acceptée, moins de quinze (quinze) jours avant la date d'arrivée prévue, tel que mentionné sur la confirmation de réservation.

### 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 traitement. Une arrivée retardée ne pourra pas entraîner une prolongation du soin.

### TENUE

Si vous êtes en séjour à l'Hôtel Le Richelieu, 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 être déposés 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 du corps et les massages THALGO & ELLA BACHÉ sont accessibles aux personnes au moins âgées de 18 ans.

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

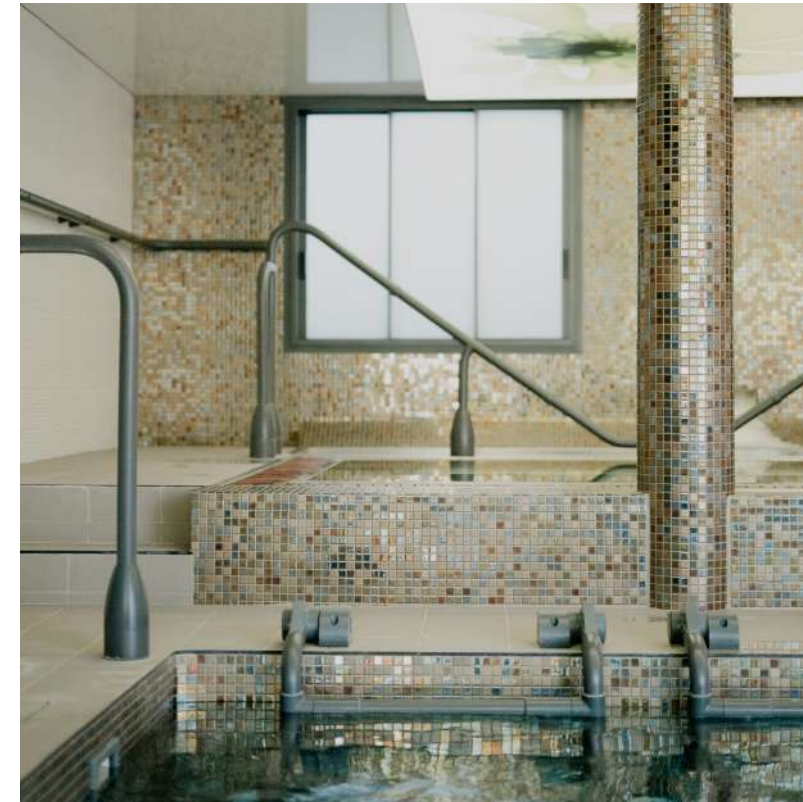
Le Parcours Marin n'est pas accessible aux personnes de moins de 18 ans car les équipements de cet espace ne sont pas recommandés aux enfants.

### CONTRE-INDICATIONS

Nous vous remercions de bien vouloir nous indiquer si vous souffrez de problèmes de santé (asthme, allergies..) ou si vous êtes enceinte car certains soins pourraient vous être déconseillés.

Le cas échéant, nous vous demanderons une autorisation médicale.

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



**IRS**  
SPA MARIN  
ÎLE DE RÉ  
\*\*\*\*\*



HR

Hôtel & SPA Marin\*\*\*\*\*  
44 avenue de la Plage, 17630 La-Flotte-en-Ré

05 46 09 60 70  
reservation@hotel-le-richelieu.com  
www.hotel-le-richelieu.com