

Espace détente marine

Un océan de bien-être

Les soins en piscine d'eau de mer :

400m³ d'eau de mer chauffée à 34°C, une des plus grandes piscines en Thalasso comprenant :

- Un parcours Actimer : 24 jets sous-marins avec bancs de massage
- Des bains bouillonnants (Jacuzzi géant de 52 m²), 3 cols de cygne, une cascade tulipe, cresses de massage, ...
- Différents types d'aquagym : Aqua-éveil / aquagym douce, aqua-tonic (cardio) et aqua-relax (relaxation en piscine)...

Le gymnase :

Nouveaux appareils de cardio-training performants :

- 2 tapis de course, 2 vélos statiques, 1 vélo elliptique, 1 rameur

Les soins collectifs :

- Initiation au Taï chi chuan
- Atelier cardio-training
- Stretching
- Sophrologie ou Yoga

En accès libre :

- Sauna, Hammam
- La tisanerie et la salle de repos « la pinède »
- Nombreux choix de tisanes, café, jus de fruits ainsi que nos sandwiches et salades variés à commander sur place !

> HORAIRES

Du lundi au vendredi de 9h00 à 17h30 (sans réservation)

> TARIFS

La journée	33 €
Les 5 journées	150 €
Le forfait de 10 journées	270 €
Le forfait de 20 journées	462 €

Le prix comprend : le prêt du peignoir et du drap de bain.

> PRÉVOIR

- Maillot(s) de bain
- Sandales et bonnet de bain obligatoires (En vente sur place)
- 1 tenue de sport



SUR PRÉSENTATION DE CE BON TAMPONNÉ BÉNÉFICIEZ DE :

- 2 € de réduction pour un accès à l'Espace Détente Marine
- 1 € pour une entrée piscine eau de mer

INFORMATIONS

12, avenue des Pays de Monts - BP 425 - 85164 SAINT-JEAN-DE-MONTS Cedex

Tél. : 02 51 59 18 18 - Fax : 02 51 58 08 85

Site : www.thermes-st-jean.com (réservation en ligne)

E-mail : contact@thermes-st-jean.com



Du 31 Janvier 2009 au 3 Janvier 2010

Espace détente marine
et activités soirées



Activités soirées

		lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
16h00	16h15							
	16h30							16h30
	16h45							Piscine d'eau de mer
17h00	17h00							
	17h15							
	17h30		17h30			17h30		
18h00	17h45	17h45	17h45					17h30
	18h00	Découverte de l'acupuncture	Conférence diététique			Jardin d'eau (2 A 18 MOIS)		
	18h15				18h00			
19h00	18h30		18h15		Gym océane			
	18h45		18h30		18h30			
	19h00		18h30	18h30		18h15		
19h00	19h00		19h00					
	19h15		19h15					
	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	
20h00	19h45	19h30						
	20h00	Thalassagym été						
	20h15	20h00						
20h00	20h30							
	20h45	20h30						
	21h00							

Thalassagym

► PÉRIODE

Du 23 février au 18 décembre 2009

Horaires d'été : du 15 juin au 11 septembre 2009 de 19h30 à 20h30

► RECOMMANDATION

Un certificat autorisant la pratique de la thalassagym est demandé.
50 mn de cours + 10 mn de détente, bains bouillonnants et actimer.
Pas de thalassagym pendant les ponts et fériés.

► TARIF

La séance : 13 €

Le forfait de 8 séances : 84 €

Découverte de l'acupuncture

Conférence avec le docteur Heidi THORER, chargée de cours à la faculté de médecine de Nantes. Salle le Kiosque, au 1^{er} étage.

► GRATUIT

Jardin d'eau des enfants et des bébés (2 mois à 5 ans)

Découverte du monde aquatique pour les jeunes enfants et leurs parents

► TARIF

1 adulte : 8 € - 2 adultes : 13 € - 1 enfant ou 1 bébé : gratuit
Le forfait de 10 séances (1 adulte) : 72 € - (2 adultes) : 117 €

Séance avec enfants et bébés (2 mois à 5 ans) : mardi
Séance avec bébés (2 mois à 18 mois) : vendredi

Conférence diététique

Apprenez le Bien-manger
Salle le Kiosque

► TARIF

Entrée 6 €

Piscine d'eau de mer

Piscine d'eau de mer chauffée à 34 °C + bains bouillonnants de 50 minutes + cols de cygne, cascade gravitaire... Bonnet de bain obligatoire (en vente sur place 3,50 €)

► TARIF

1 adulte : 10 € - Enfant (de 5 ans à -de 15 ans) : 8 €

Le forfait de 12 séances : Adulte : 90 € - Enfant (de 5 ans à -de 15 ans) : 72 €

pas de piscine le 19 juillet et le 9 août

Gym océane (aquagym)

► TARIF

La séance 7 € - 12 séances 70 €

PORTES OUVERTES
LES DIMANCHES 19 JUILLET ET
9 AOÛT 2009 DE 15H À 18H



SÉANCES SUPPLÉMENTAIRES 2009 : 20h à 21h

Du 11 avril au 25 avril

Les 2, 9, 21 et 23 Mai

Du 14 Juillet au 22 Août

NOUVELLE FORMULE

NOUVEAUX TARIFS