



Menu des Soins Vilalara Thalassothérapie & Spa

Thalassothérapie

La Thalassothérapie est l'utilisation combinée de l'eau de mer et des substances extraites de la mer (boues marines, algues, sable) dans un climat marin.

Les propriétés de l'eau de mer au service de la santé.

Le Centre de Thalassothérapie & SPA de Vilalara met à disposition de sa clientèle, médecins, ostéopathes, kinésithérapeutes, hydrothérapeutes formés aux techniques les plus récentes en matière de thalassothérapie.

JOURNÉE CURE BIEN ÊTRE / ANTI STRESS – 120€

Programme de 4 soins de thalassothérapie d'une durée approximative de 2h30. Il inclut la consultation médicale d'entrée ou sont déterminés, pour chaque individu les soins adéquats et leurs contre-indications. Pour être pleinement efficace, une cure de thalassothérapie doit durer au moins 6 jours.

SUPPLÉMENT CURE JAMBES TONIQUES – 198 €

Programme de 6 séances de pressothérapie ou thalaxion. Durée minimum de 6 jours. La consultation médicale, incluse est obligatoire. Pour être pleinement efficace, la cure jambes toniques doit être intégrée à la cure de thalassothérapie.

SUPPLÉMENT CURE ANTI-TABAC – 313 €

Le programme inclut : 6 aérosols, 1 auriculothérapie, 1 acupuncture, 1 séance d'exercices respiratoires et 1 complément homéopathique. Durée minimum de 6 jours. Pour être pleinement efficace, la cure anti-tabac doit être intégrée à la cure de thalassothérapie.

SUPPLÉMENT CURE SPECIALE DOS – 350€

Programme de 2 séances d'ostéopathie ou Pilates, 6 applications de boues marines et d'une durée minimum de 6 jours. La consultation médicale, incluse, est obligatoire. Pour être pleinement efficace, la cure spéciale dos doit être intégrée à la cure de thalassothérapie.

SUPPLÉMENT CURE MINCEUR MARINE / ANTI-CELLULITE – 427€

Programme de 6 séances de techniques spécifiques personnalisées et d'une durée minimum de 6 jours. La consultation médicale, incluse, est conseillée. Pour être pleinement efficace, la cure minceur marine doit être associée à la cure de thalassothérapie et à la pension complète diététique.

SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE

Bain multi-jets 20' – 35€

Hydromassage effectué dans une baignoire remplie d'eau de mer chaude. Grâce à un massage alternatif à localisations multiples, il active considérablement la circulation. La forme anatomique de la baignoire offre une forte sensation de détente. Le Bain Multi-Jet est indiqué pour les cas de stress et de fatigue.

Bain Bouillonnant 15'- 35€

Baignoire d'eau de mer chaude enrichie avec des algues hydrosolubles et des huiles essentielles. Les petites bulles, qui provoquent une turbulence vigoureuse, tonifie le système veino-lymphatique. Indiqué pour combattre la cellulite, ce bain assure une détente des masses musculaires et un réel bien-être.

Douche sous-marine ou drainage cellulo-marin 20'- 45€

Pratiqué à l'aide d'un jet sous-marin à pression contrôlée, dans une baignoire remplie d'eau de mer chaude, l'hydrothérapeute suit un trajet de massage prédéfini. Cet hydromassage manuel est particulièrement indiqué en cas de tensions musculaires, anxiétés, problèmes circulatoires et cellulite.

Thalaxion 20' – 35€

Soumis à prescription médicale le Thalaxion est une baignoire semi-close, où des jets d'eau de mer alternant chaud et froid, appliquent une pression séquentielle sur les membres inférieurs et le ventre. Indiqué pour les problèmes circulatoires veinolympatiques, les jambes lourdes et le traitement de la cellulite.

Douche à Jet 12' – 35€

La douche au jet effectue un hydromassage très percutant et précis dans son trajet. L'eau de mer chaude est projetée par l'hydrothérapeute avec une pression variable et à une distance de plus ou moins 5 mètres. Indiquée en cas de tension musculaire, spondylarthrose, lumbago et insuffisance circulatoire.

Douche Pomme 12' – 35€

Hydromassage revigorant au jet brisé par une pomme d'arrosoir, convient aussi aux personnes d'un certain âge ou plus fragiles, avec des problèmes veineux ou articulaires. L'eau de mer chaude est projetée par l'hydrothérapeute avec une pression variable. Indiquée contre la cellulite et pour la détente musculaire.

Douche à affusion 12' – 35€

Allongé, vous recevez une pluie fine d'eau de mer. Hydromassage doux qui active le système lymphatique et circulatoire, il a une action sédatrice sur le système nerveux central. Les bénéfices de ce soin s'étendent jusqu'aux voies respiratoires supérieures, grâce à l'action aérosol de la vapeur marine produite.

Piscine Dynamique 25' – 40€

Gymnastique collective en piscine d'eau de mer chaude. Dirigée par un kinésithérapeute ou un moniteur diplômé, la gymnastique est facilitée par l'apesanteur et la température de l'eau et renforce les muscles sans provoquer de courbatures. Cette aquagym travaille surtout la partie inférieure du corps.

Jets Sous-marins 25' – 35€

Le jet sous-marin se pratique dans une piscine collective d'eau de mer chaude. Le thérapeute indique des mouvements à effectuer contre le courant du jet. Ce massage localisé a comme fonction de stimuler, relaxer les muscles et activer la circulation.

Enveloppement d'Algues 20' – 45€

Application, d'algues tièdes étalées en fines couches sur la peau. Une couverture chauffante diffuse une faible chaleur qui permet une dilatation périphérique de l'épiderme et la pénétration des éléments qui composent ces algues. Ce soin, excellent calmant, est également revigorant et amincissant.

Boues marines ou Pelothérapie 20' – 45€

Les boues marines, utilisées en applications locales directement sur les zones douloureuses ont un effet sédatif, activé par la chaleur. Elles sont prescrites, lors de la consultation médicale obligatoire (incluse), pour soulager les douleurs articulaires, les problèmes de rhumatismes, arthrite/arthrose.

Boule Marine 20' – 45€

Pour traiter les mains douloureuses et raidies par les rhumatismes, arthrite/arthrose. Cet appareil contient des boues marines chaudes dans lesquelles le patient effectue des exercices spécifiques. Prescrit pour certains cas de rééducation post-chirurgicale, la consultation (incluse) est conseillée.

Aérosols 12' – 30€

Nébulisation d'eau de mer pour stimuler les voies respiratoires et dégager les muqueuses nasales. Indiqué dans les cas d'infection respiratoire, asthme, sinusite, bronchite ou un simple rhume.

Soins Signature

Lavande 50' - 90€

Atteindre l'équilibre parfait grâce à un soin relaxant avec tous les bénéfices de la lavande française.

Rituel de bienvenue avec exfoliation des pieds + massage relaxant personnalisé à l'huile essentielle de lavande.

Café 50' - 90€

Laissez-vous emporter par l'arôme du café, jusqu'aux terres lointaines du continent africain et sentez-vous revitalisé des pieds à la tête.

Rituel de bienvenue avec exfoliation des pieds + massage relaxant personnalisé à l'huile essentielle de café.

Jasmin 50' - 90€

Commencez un voyage exotique au pouvoir calmant du jasmin et expérimentez une sensation antistress totale.

Rituel de bienvenue avec exfoliation des pieds + massage relaxant personnalisé à l'huile essentielle de jasmin.

Rituels THALI(SENS

Un voyage sensoriel en 5 destinations, à la rencontre du bien-être absolu.

Thali'sens a imaginé la rencontre entre le savoir-faire de la thalassothérapie et les richesses de la nature venues des terres lointaines. Le geste bien-être du spa se mêle à l'efficacité marine pour une peau magnifiée et un sublime abandon.

Orient 110' – 165€

Itinéraire détoxifiant: Accueil. Gommage onctueux aux algues, huile d'argan et ghasoul. Enveloppement épicé et algues. Massage detox "Océan de Soleil" à base d'huile de sésame, d'argan et de spiruline. Infusion drainage.

Atlantique 110' – 165€

Plongée revitalisante: Accueil. Gommage à la poudre d'algues. Enveloppement pulpe d'algues vertes "Secrets d'Algues". Massage revitalisant. Infusion minceur.

Asie 110' – 165€

Échappée apaisante: Réflexologie d'accueil. Peeling enzymatique à l'amidon de riz et fruits exotiques. Enveloppement thé et algues. Massage harmonisant à base d'algue wakamé d'huiles de sésame et de son riz. Infusion détente.

Polynésie 110' – 165€

Évasion relaxante: Accueil. Gommage à la pulpe de coco et algues. Enveloppement huile de coco et spiruline. Massage relaxant. Touche final, crème "Perle de Tiaré". Infusion détente.

Amazonie 110' – 165€

Escapade énergisante: Accueil. Gommage "Rouge Corail" à l'huile de Noix du Brésil et cristaux de sel. Pâte d'enveloppement stimulant aux algues et cacao. Massage revigorant, fluide à base de noix du Brésil et spiruline. Infusion minceur.

Bain d'Asie à deux 110' – 370€

Réflexologie d'accueil. Peeling enzymatique à l'amidon de riz et fruits exotiques. Cire de bain " Métamorphose de l'eau" à l'extrait d'algue, d'huile de thé et de riz, qui transforme le bain en lait onctueux. Bain hydromassant relaxant. Massage harmonisant. Infusion détente.

Option Cabine Duo 20' – 40€

Bain hydromassant relaxant pour deux, peut-être associé à un rituel. Supplément non vendu séparément.

Massages

Massage Blue & Green 25' / 50' - 60€ / 80€

Massage relaxant, vous procure une sensation de tranquillité et de bien-être généralisé.

Massage Aromathérapie 50' - 85€

Massage personnalisé avec les huiles essentielles de votre choix, vous procure une sensation d'harmonie.

Massage Sportif ou Thérapeutique 25' / 50' – 65€ / 85€

Massage revigorant qui vise à tonifier les tissus musculaires, agit au niveau de la décompression musculaire et active la circulation. Les mains opèrent habilement, de la plante des pieds à la nuque, à l'aide d'une crème spécifique à base d'algues. Selon votre choix, ce massage peut-être localisé (25').

Massage aux Pierre Chaudes 80' - 110€

Massage relaxant réalisé avec des pierres volcaniques chauffées, procure un soulagement total du stress et un équilibre profond entre corps et âme.

Thérapies Orientales

Massage Thaïlandais 75' - 95€

Massage vigoureux au sol, utilise le corps entier. Inclut mouvements rythmiques, pressions paumes et doigts des mains exercés sur des points spécifiques le long des méridiens énergétiques, étirements doux et utilisation consciente de la respiration. Pour retrouver l'énergie et combattre le stress.

Massage Ayurvédique 75' - 95€

Technique de massage profonde, allie mouvements vigoureux sur toute la masse musculaire avec des manœuvres de traction et d'élongation, en plus de la stimulation de points et organes vitaux. Produit une sensation de fraîcheur, légèreté et tranquillité.

Shiatsu 75' - 95€

Méthode thérapeutique japonaise, utilise la pression sur les méridiens, afin de rétablir le flux énergétique et corriger les dysfonctions internes de l'organisme, entraînant un état d'équilibre énergétique et physique.

Watsu 75' - 95€

Le Watsu est une technique aquatique de grande potentialité thérapeutique, réalisé en piscine d'eau de mer couverte, à une température de 35°C. Durant la séance des séries de mouvements et d'élongations légères sont effectuées avec l'objectif de combattre le stress journalier, relaxer le corps et tous les muscles.

Reiki 50' - 85€

Technique thérapeutique japonaise basé sur la canalisation de l'énergie universelle à travers une légère application des mains, pour objectif de rétablir l'équilibre énergétique vital de celui qui la reçoit.

Réflexologie 50' - 70€

Thérapie basée sur le principe que sur la plante des pieds existe le reflet en miniature des organes du corps.

A travers la stimulation des pieds on atteint l'équilibre du corps.

Soins du Visage avec Thal'ion

Expert Anti-Age 70' - 110€

Soin anti-âge réducteur des ridules et des rides. Une technique de massage spécifique combinée à un masque personnalisé, maximise la pénétration des actifs marins. Résultats immédiats sur la lutte contre le temps.

Ce soin n'inclut pas l'extraction des comédons.

Nettoyage de peau 70' - 100€

Soin régulateur des fonctions de la peau qui inclut l'extraction des comédons.

Le masque imprégné d'actifs marins associé à un massage spécifique, aide à absorber l'excès de sébum, calme l'irritation cutanée, ferme les pores, laisse le teint purifié et mat.

Spécial Homme 70' - 95€

Combat le vieillissement prématuré de la peau.

Calme les irritations, hydrate et minimise les signes de vieillissement.

Le top des soins masculins. Ce soin n'inclut pas l'extraction des comédons.

Facial Personnalisé 50' - 85€

Laissez nous évaluer les nécessités de votre peau et lui rendre sa luminosité, son hydratation et l'équilibre dont elle a besoin.

Ce soin n'inclut pas l'extraction des comédons.

Massage Facial Relaxant 20' - 45€

Massage relaxant qui procure une sensation de tranquillité et bien-être général.

Drainage Lymphatique Visage 20' - 45€

Technique de massage douce et subtile, stimule le système lymphatique à travailler à un rythme plus accéléré, mobilisant la lymphe jusqu'aux ganglions lymphatiques, éliminant l'excès de liquide et les toxines.

Soins du Corps avec Thal'ion

Exfoliation au "Tepidarium" 25' - 55€

Les cristaux de sel marin éliminent impuretés et cellules mortes, enrichissent la peau de minéraux et oligo-éléments essentiels à son éclat et sa souplesse et améliorent l'efficacité des soins de thalassothérapie. L'ambiance tiède et humide du "Tepidarium" facilite et augmente l'action du gommage.

Enveloppements sur "Lydo" 50' - 70€

Lit d'eau, où le corps en flottaison est entouré par de l'eau chaude. L'action des produits d'enveloppement est optimisée par la chaleur diffuse. La chromothérapie permet de faire de ce soin une expérience de relaxation absolue. Cinq propositions d'enveloppements au choix:

Algothérapie, Chocothérapie, Hydratation, Trois Thés ou Vinothérapie.

Tous allient un gommage à une l'action précise de chacun d'eux:

Tonification, Amincissement, Hydratation, Drainage ou Anti-âge.

Drainage Silhouette 55' - 80€

Soin localisé: abdomen, hanches, cuisses et genoux.
Différentes techniques pour mincir, drainer et éliminer les toxines.

Cellu-Contour 55' - 90€

Soin localisé: abdomen, hanches, cuisses et genoux.
Techniques de massages spécifiques pour cibler localement la cellulite.

Performance Fermeté 55' - 80€

Soin localisé: abdomen, hanches, cuisses, genoux et bras.
Différentes techniques pour remodeler la silhouette, raffermir et lisser la peau.

Soin visage et corps avec Arômes-Natur

Soin Anti-âge aux Agrumes 85' - 125€

Gommage et enveloppement corporel antioxydant à l'orange douce.
Hydratation faciale à base de néroli et grains de raisins.
Massage doux aux huiles aromatiques d'agrumes.

Soins Spécifiques

Ostéopathie 45' - 85€

Thérapie manuelle basé sur la biodynamique du corps, permet de traiter efficacement et rapidement: lombalgies, sciatalgies, douleurs et raideurs dorsales et cervicales, maux de tête et séquelles d'entorse. Rétablie la mobilité et l'équilibre du système musculo-squelettique, craniale et viscéral.

Drainage Lymphatique 25' / 50' – 55€/85€

Technique de massage douce et subtile, stimule le système lymphatique à travailler à un rythme plus accéléré, mobilisant la lymphe jusqu'aux ganglions lymphatiques, éliminant l'excès de liquide et les toxines. Peut être également localisée en fonction des symptômes et de la prescription médicale.

Pressothérapie 20' – 35€

Application de pressions intermittentes et séquentielles sur les jambes, grâce des cuissardes gonflables. Améliore la circulation veinolymphatique, réduit les œdèmes et donne une impression de légèreté. Pour les pathologies circulatoires, jambes lourdes et cellulite. Sous prescription médicale (incluse).

Hidrojet 12' - 35€

Massage mécanique à sec de toute la région dorsale, effectué par les jets d'un matelas d'eau chauffée à température du corps. L'hydrojet réalise, sous une forme très efficace, la liaison des éléments importants du massage dorsal classique, de l'hydromassage et ceux de la thermothérapie.

Pédicure Médicale 70' - 68€

Soin des pieds. Préparation, traitement des cors, callosités, ongles incarnés, cuticules, massage. Finalisée par une pose de vernis, si vous le désirez.

Esthétique Avancée

Electrocelulolipolise 45' - 70€

Un courant de bas voltage élimine en douceur les excès de graisse dans les tissus sub-cutanés, intensif et indolore, appliqué sur les zones cellulitiques (abdomen, hanches, faces internes et externes des cuisses, genoux, bras...).

Top Derm Pro 65' - 115€

Renouvellement cellulaire de fibres, de collagène et d'élastine au niveau du derme, destiné à lutter contre le vieillissement cutané, grâce à un courant de bas voltage. Le soin inclut: Hydratation du visage et Séance de Top Derm Pro.

Programme Anti Rides Top Derm Pro 5 jours – 490€

Rajeunir la peau du visage avec Top Derm Pro

1^{er} Jour: Hydratation faciale et Séance de Top Derm Pro

Du 2^{ème} au 5^{ème} jour: Séances de "Top Derm Pro"

Touches Finales

Spa Manucure 70' - 40€

Soin de mains, avec gommage et application de crème hydratante.

Inclus massage des mains. Finalisé par une pose de vernis, si vous le désirez.

Spa Pédicure 70' - 60€

Soin des pieds, avec gommage et application de crème hydratante.

Inclus massage des pieds. Finalisé par une pose de vernis, si vous le désirez.

Ce soin n'inclut pas : traitement des cors, callosités et ongles incarnés (nous conseillons de réserver une pédicure médicale).

Pose de Vernis – 20€

Teinture Cils – 30€

Teinture Sourcils – 30€

Epilations

Jambes entières – 50€
Demi-jambes – 30€
Maillot – 20€
Maillot brésilien (intégral) – 30€
Aisselles – 20€
Lèvres - 15€
Sourcils – 20€

Activités

TAI-CHI CHUAN gymnastique thérapeutique chinoise 60' - 80€

Tai Ji Quan = le bien-être par le mouvement.

Sa pratique se caractérise par l'enchaînement de gestes de combat stylisés, qui ressemble à une danse, exécutés avec extrême lenteur.

Il développe la force et la souplesse, la concentration et le calme intérieur.

Séance collective de 2 à 4 personnes, par personne – 40 €

Séance collective de 5 à 8 personnes, par personne – 30 €

MÉTHODE "PILATES" initiation 60' - 80€

Crée par Joseph Pilates, la méthode Pilates est un enchaînement d'exercices qui "développe le corps harmonieusement, corrige les postures incorrectes, rétablit la vitalité physique, revigore le mental et élève l'esprit". A travers du Pilates vous apprendrez des exercices simples et efficaces à pratiquer tous les jours.

Séance collective de 2 à 4 personnes, par personne – 40 €

Séance collective de 5 à 8 personnes, par personne – 30 €

YOGA initiation 60' - 80€

Le yoga est une philosophie de vie. Le terme « yoga » veut dire unir, lier.

Le yoga cherche l'équilibre entre le corps et l'esprit, à travers des exercices physiques et respiratoires, qui respectent le rythme biologique du pratiquant, pour que l'homme puisse vivre mieux.

Séance collective de 2 à 4 personnes, par personne – 40 €

Séance collective de 5 à 8 personnes, par personne – 30 €

ENTRAÎNEUR PERSONNEL "FITNESS" 60' – 60€

Leçon personnalisée avec instructeur professionnel utilisant les équipements du "fitness". Profitez pour connaître le "Kinesis", une technique de musculation innovatrice qui avec l'aide d'un ensemble de câbles permet d'unir force, stabilité et flexibilité dans une seule machine et de perfectionner la posture.

Séance collective de 2 à 4 personnes, par personne – 30 €

Séance collective de 5 à 8 personnes, par personne – 20 €

Espace Cheveux

Shampooing brushing cheveux courts - 37 €
Shampooing brushing cheveux longs - 42 €
Shampooing coupe brushing - 62 €
Shampooing coupe homme - 26 €
Shampooing coupe enfant brushing - 24 €
Coloration sur cheveux courts - 42 €
Coloration sur cheveux longs - 55 €
Mèches sur cheveux courts - 66 €
Mèches sur cheveux longs - 105 €
Permanente sur cheveux courts - 50 €
Permanente sur cheveux longs - 62 €
Coiffage cheveux courts - 17 €
Coiffage cheveux longs - 20 €
Massage du cuir chevelu - 10 €

Forfait beauté des cheveux - 65 €
Santé et beauté des cheveux en 4 jours avec le forfait spécial "René Furterer":
1 analyse du cheveu au "capillscope", 2 applications d'ampoules, 1 massage du cuir chevelu, 1 application de masque capillaire, 1 shampooing brushing.

Day Spa

Choisissez un programme Spa personnalisé durant votre séjour.
Prix appliqué par programme et par personne.

Facial 50'

Facial Personnalisé

Massages 50'

Massage Blue & Green
Massage Aromathérapie

Exfoliation 25'

Exfoliation au Tepidarium

Thalassothérapie 20'

Bain Multi-jets

Day Spa 1 - 2 soins - 140€

Day Spa 2 - 3 soins - 200€

Day Spa 3 - 4 soins - 250€

Médecin

Consultation médicale - 70€

Consultation de médecin généraliste, selon disponibilité et sur rendez-vous.
Effectuée dans le cabinet médical du centre de thalassothérapie.