

Programmes 2020

Centre de Thalassothérapie & SPA "L'Elicriso"

Tous nos programmes incluent, durant la demi-journée de cure " **le parcours Thalasso et bien être** " (tonique ou relaxant), avec libre utilisation de :

- **3 Piscines extérieures multifonctions** d'eau de mer chauffée, et différents jets d'eau à diverses intensités pour **un parcours Thalasso personnalisé**
- **Jacuzzi**
- **Hammam**
- **Sauna**
- **Salle de cardio - fitness**
- **Espace de relaxation**

Attention:

- **Avant de commencer vos soins, on vous demandera de signer une décharge de responsabilité qui atteste votre aptitude aux traitements et à l'utilisation des équipements. On conseille, de toute façon, un examen médical (possible aussi sur place, avec rendez-vous et payante).**
- **Tous les tarifs sont TVA incluse et n'incluent pas l'hôtel et la restauration.**
- **La Direction du centre se réserve le droit, si nécessaire, d'établir des variations aux soins prévus dans les programmes, d'accord avec les clients.**

"Spéciale Découverte Thalasso"

Une offre extraordinaire pour découvrir le monde fabuleux de la Thalassothérapie.

Trois demi-journées de relaxation durant lesquelles vous pourrez commencer à découvrir les plaisirs et les bienfaits de la Thalassothérapie en totale liberté.

Ce forfait inclus:

- **3 "Parcours Thalasso & Bien-être"** (tonifiant ou relaxant)
- **1 "Massage relaxant de 25 minutes"** aux huiles essentielles de Sardaigne
- **1 "Soin d'hydrothérapie"**

Le Tarif Officiel

120 Euros

"Check-in & Check out"

Une journée pour se préparer au soleil de la Gallura. Une journée pour repartir en grande forme. Laissez au check- in vos documents et votre stress, faites-vous cajoler par des mains expertes ; les mêmes qu'iront fixer en vous le bien-être conquis pendant vos vacances.

2 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 soin du visage purifiant et rééquilibrant
- 1 dommage du corps
- 1 massage localisé 25 mn
- 1 massage relaxant 50 mn
- 1 massage du visage 25 mn
- 1 enveloppement du corps hydratant
- 1 french Manucure (ou basique)
- 1 french Pédicure (ou basique)

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

390 Euros

"L'Homme Relax"

De plus en plus d'hommes se laissent séduire par la Thalassothérapie!
Les hommes qui prennent soin de leur corps, qui veulent se faire dorloter, qui veulent oublier le stress du travail pour retrouver la forme, la vitalité psychique, la silhouette et le charme.

3 jours de soins

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 2 bains hydromassants aux sels marins reminéralisants
- 2 douches sous affusion
- 3 enveloppements du corps à base de boue marine reminéralisant
- 2 massages localisés 25 mn
- 1 massage relaxant aux huiles essentielles de Sardaigne 50 mn
- 1 soin spécifique du visage pour l'homme

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

570 Euros

"Bien être du dos"

Vie frénétique et mauvaise posture sont les causes fréquentes du mal au dos. Soulagez-vous, sous les mains expertes de notre personnel et grâce aux bienfaits de nos produits à base de myrte, genévrier et l'exceptionnel qualité du notre sel marin, véritable " or " blanc de la Sardaigne.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 3 enveloppements localisés de boue marine
- 2 massages spécifiques du dos avec huile aromatique de la Sardaigne 25 mn
- 1 massage aux pierres chaudes 50 mn
- 3 bains hydromassants avec fleur de sel marin et gel au myrte
- 2 séances de stretching

Inclus : libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

530 Euros

"Voyage Thalasso & Relax"

"La tradition de la thalassothérapie pour votre plus grand bonheur".

Au pied du rivage, dans une nature sauvage, découvrez les soins spécifiques marins et bénéficiez des bienfaits reminéralisants de l'eau de mer nécessaires pour retrouver votre équilibre psycho-physique.

6 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 1 soin du visage purifiant et rééquilibrant
- 3 bains hydromassants (aux sels marins reminéralisants ou aux huiles essentielles)
- 3 douches sous affusion
- 2 enveloppements d'algues marines détoxifiantes
- 2 enveloppements d'algues marines micro éclatées Biostart
- 2 massages relaxants aux huiles essentielles de Sardaigne 50 mn
- 2 massages localisés 25 mn
- 1 massage sous affusion 25 mn
- 1 massage drainant des jambes 25 mn
- 6 séances d'aquagym

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

815 Euros

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 2 bains hydromassants aux sels marins reminéralisants ou aux huiles essentielles
- 1 enveloppement d'algues détoxifiantes
- 1 enveloppement d'algues détoxifiantes Biostart
- 1 douche sous affusion
- 2 massages localisés 25 mn
- 1 massage relaxant aux huiles essentielles de Sardaigne 50 mn
- 3 séances d'aquagym ou cardio-fitness

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

450 Euros

1 jour de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 1 bain hydromassant (aux huiles essentielles ou bien aux sels marins reminéralisants)
- 1 enveloppement d'algues marines micro éclatées détoxifiantes
- 1 massage (Californien ou relaxant aux huiles essentielles de Sardaigne) 50 mn

Inclus : libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

210 Euros

"Minceur & Fermeté"

" Quand mincir devient un plaisir "

Afin de stimuler votre envie de vous sentir en forme, nous vous proposons ce programme de " Thalasso " alliant soins d'hydrothérapie et techniques de soins ciblées et personnalisées qui vous permettront de sculpter votre corps et de retrouver au fil du temps la ligne dont vous rêvez.

6 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 3 bains hydromassants drainants
- 3 jets sous-marins drainants
- 1 soin spécifique du corps minceur/drainant avec boue marine (enveloppement et massage minceur/fermeté)
- 2 enveloppements d'algues marines détoxifiantes Biostart
- 2 enveloppements d'algues marines
- 1 enveloppement de boue marine
- 5 soins du corps spécifiques localisés amincissants et anticellulite (enveloppements à l'oxygène actif et massage modelant)
- 6 Séances d'aquagym

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

940 Euros

"Remodelage et Anticellulite"

Un programme conçu pour combattre les imperfections de la cellulite et obtenir une ligne plus harmonieuse.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 3 bains hydromassants drainants
- 2 massages drainants avec G5 (un massage mécanique qu'utilise le principe de la vibration à plusieurs intensités. Réchauffe et stimule les tissus sous-cutanés et conjonctifs)
- 3 massages localisés remodelants
- 3 enveloppements amincissants et anticellulite

Libre accès au "***Parcours Thalasso et Bien-être***" pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

560 Euros



"Vitalité et Harmonie"

La parenthèse de Santé et de Bien Etre pour retrouver toute votre énergie à l'aide d'un programme marin revitalisant sur la côte sauvage de Sardaigne. Des traitements spécifiques, reminéralisants, drainants et tonifiants pour retrouver équilibre, vitalité et savourer des moments agréables de Bien être pour votre esprit et votre corps.

6 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 3 bains hydromassants aux sels marins reminéralisants
- 2 douches sous affusion
- 2 enveloppements d'algues marines micro éclatées détoxifiantes
- 2 enveloppements de boue marine reminéralisants
- 1 enveloppement d'algues marines micro éclatées Biostart
- 2 séances de presso thérapie
- 1 massage sous affusion 25 mn
- 2 massages orientaux énergétiques rééquilibrants 50mn
- 2 massages localisés 25 mn
- 6 séances d'aquagym ou de cardio-fitness

Libre accès au ***"Parcours Thalasso et Bien-être"*** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

830 Euros

"Jambes légères"

Un programme spécifique pour améliorer le confort des jambes lourdes, améliorer la circulation et se sentir léger et en forme.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps détoxifiant
- 2 enveloppements spécifiques pour les jambes
- 3 bains hydromassants aux sels marins
- 2 massages drainants des jambes 25 mn
- 1 séance de presso thérapie avec Gel Mineralg
- 3 séances d'aquagym

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

460 Euros

"L'Elicriso Douce Attente "

Une pause détente méritée et des soins spécifiques pour les futures mamans.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 3 massages drainants des jambes 25 mn
- 1 nettoyage du visage "Rituel de Pureté"
- 1 soin du visage BIO
- 1 french manucure (ou basique)
- 1 french pédicure (ou basique)
- 2 enveloppements hydratants du corps
- 3 séances d'aquagym spécifiques pour les femmes enceintes

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure (la piscine seulement sous la surveillance du responsable parcours).

Tarif Officiel

490 Euros



"Zen Attitude"

"Un merveilleux Voyage autour du monde pour une profonde relaxation "
Une invitation à découvrir de véritables rituels de Bien-être, où tous vos sens seront stimulés afin d'harmoniser vos énergies et retrouver votre sérénité.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps
- 1 douche sous affusion
- 3 bains hydromassants relaxants aux huiles essentielles
- 1 enveloppement d'algues micro éclatées détoxifiant
- 1 enveloppement de boue marine reminéralisant
- 1 enveloppement du corps Hydratation intense
- 1 massage oriental énergétique rééquilibrant 50 mn
- 2 massages localisés 25 mn
- 1 soin du visage purifiant et rééquilibrant

Libre accès au **"Parcours Thalasso et Bien-être"** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

550 Euros

"La Beauté Marine en Sardaigne"

"Un voyage de beauté au fil de l'eau "

Relaxez-vous dans notre superbe Centre baigné de lumière et face à la mer.

Prenez le temps de savourer nos soins et libérez-vous du stress et de ses toxines.

Laissez-vous guider par nos équipes, immergez-vous dans les couleurs harmonieuses et des subtiles parfums de la Sardaigne.

Un programme de trois jours dans un cadre de pure beauté. Pure Sardaigne.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps
- 1 douche sous affusion
- 2 bains hydromassants aux sels marins reminéralisants
- 2 enveloppements d'algues microéclatées détoxifiants
- 1 massage relaxant aux huiles essentielles de la Sardaigne 50 mn
- 2 massages localisés 25 mn
- 1 soin du visage Anti-âge
- 2 séances d'aquagym

Libre accès au ***"Parcours Thalasso et Bien-être"*** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

520 Euros

"La beauté au masculin"

Pour l'homme qui utilise le bien-être de son propre corps pour raffiner et reconnaître son esprit.

3 jours de soins (matin ou après-midi)

Composition du programme :

- 1 gommage du corps
- 2 bains hydromassants aux huiles essentielles
- 3 enveloppements de boue 40 mn
- 3 massages amincissants / fermeté localisés 25 mn
- 1 manucure ou pédicure
- 1 nettoyage du visage "Rituel de Pureté"
- 1 soin du visage Anti-âge

Libre accès au ***"Parcours Thalasso et Bien-être"*** pendant la demi-journée de cure

Tarif Officiel

560 Euros