

ma thalasso en pays basque





## Le bien-être : un véritable Art de Vivre.

Ressourcez-vous, prenez le temps de vous retrouver, de faire une pause et laissez-nous vous faire découvrir notre Pays Basque, entre Océan et montagnes.

Puisse ce séjour vous amener tout ce que vous en attendiez et bien plus encore.

Merci de nous faire confiance.

Serge Blanco

**pages 4-5**

Un océan de bienfaits

**pages 6-8**

La thalasso chez Serge Blanco

**pages 9-11**

Détente et beauté

**pages 12-13**

Vous recevoir

**pages 14-15**

Vous régaler

**pages 16-17**

Pays Basque, un sud différent

**pages 19**

L'engagement Serge Blanco



s o m m a i r e



## Les incomparables vertus de l'eau de mer

La thalassothérapie est l'utilisation conjointe des bienfaits de l'eau, des produits de la mer et du climat marin dans un but préventif, curatif et de remise en forme.

Sur la Côte Basque, l'atmosphère est pure et particulièrement chargée en oligoéléments, la température et le rayonnement solaire y sont stables tout au long de l'année.

Un cocktail idéal pour un séjour de thalassothérapie réussi.



“L’Atlantique, ma source d’énergie.”



L'eau est l'élément naturel essentiel  
à toute forme de vie.  
Nous avons puisé les forces  
de l'Atlantique pour vous réserver  
le meilleur de ses pouvoirs.  
Enveloppements, bains bouillonnants,  
hydrothérapie. Sous toutes ses formes,  
l'eau de mer est au service  
de votre corps et de votre esprit.



# Je me sens bien



## Ma cure de remise en forme «essentielle thalasso»

- 24 soins hebdomadaires sur 6 jours de cure
- 4 soins quotidiens individuels dont un massage ou un enveloppement chaque jour

Véritable retour aux sources de la thalassothérapie, cette cure est une invitation à découvrir ou redécouvrir les soins à base d'eau de mer et de dérivés marins autour d'un savoir-faire et de techniques parfaitement maîtrisés.

Très complète, elle s'adresse à tous ceux qui souhaitent faire une remise en forme globale.

Véritable remise à l'heure personnalisée du corps, chaque instant rime avec détente, bien-être et plaisir.



# tout simplement



Selon vos désirs et vos besoins, le médecin vous guidera dans vos choix :

- Hydro-massage
- Bain bouillonnant
- Bain multijets
- Grande douche à jet
- Enveloppement d'algues et de boues marines
- Massage/modelage
- Douche à affusion
- Pédiluve/manuluve
- Boule marine
- Aérosol marin
- Pressothérapie
- Drainage lymphatique
- Aquagym/aquados

Complément indispensable à toute cure, le spa marin offre à tous les curistes un accès permanent aux bassins d'eau de mer chauffée avec animations, aux saunas, au hammam, à la salle de fitness et aux conseils de nos spécialistes.

Découvrez les cures spécifiques (voir flyers joints)

## «Je me laisse prendre en charge»

De la réservation téléphonique à la fin de votre séjour, nous mettons tout en œuvre pour que chaque instant vous soit facilité.

Nos équipes veillent à apporter un soin particulier au service et à l'accompagnement de nos curistes.

De votre chambre aux cabines de soins, du Spa Marin aux restaurants, à l'extérieur comme à l'intérieur du Centre de Thalassothérapie Serge Blanco, votre absolue satisfaction est notre objectif.



*Les cures ne sont pas conseillées pour les moins de 18 ans sauf avis du médecin du centre et décharge parentale. Tout souhait de modification de planification de soins fera l'objet d'un avis médical. L'accès au Spa Marin est libre et gratuit pour les curistes hébergés sur place et les accompagnants. Son accès est réservé aux plus de 16 ans.*

### LES MÉDECINS :

Nos médecins sont présents et à votre écoute dans leur cabinet au cœur de l'institut de thalassothérapie, pendant toute la durée des soins. La visite médicale est comprise dans les forfaits cure-hôtel de 6 jours et plus. En dehors de la détection de rares contre-indications à la cure, elle a pour but de proposer aux curistes une prescription de soins adaptés à leurs attentes. Il est conseillé à cet égard de se munir de tout document médical pouvant orienter le médecin. Les médecins de cure ont une mission d'accompagnement, de surveillance et de conseil.

### LES HYDROTHÉRAPEUTES :

Grâce à une formation technique de qualité et une formation adaptée à notre établissement, nos hydrothérapeutes sont à même de prodiguer une variété de traitements et de soins autour des ressources naturelles que sont l'eau de mer et les dérivés marins.

### LES KINÉSITHÉRAPEUTES & LES MASSEURS :

Répondent par leur formation à des besoins médicaux ou de détente autour de la thalassothérapie.

### LA DIÉTÉTICIENNE :

Par son implication directe dans les cures à visée nutritionnelle, la diététicienne complète tout naturellement tout type de séjour au sein de notre établissement, grâce à des propositions de menus allégés en collaboration avec le Chef, sa participation aux ateliers diététiques ou ses contacts directs avec la clientèle.

### LES ESTHÉTIENNES :

Spécialistes des soins de beauté en institut, les esthéticiennes prennent en charge les soins du visage et du corps avec notamment les produits de la marque Serge Blanco.

### LES PRATICIENS SPÉCIALISÉS :

Compléments parfaits de la cure essentielle à découvrir en forfaits cures spécifiques ou en soins à la carte, ces thérapies et massages spécifiques sont autant de réponses à des besoins allant de la relaxation au regain d'énergie.

### L'ÉQUIPE DES SPORTS :

Forte de sa connaissance et de son expérience au sein de la thalassothérapie, l'équipe des sports propose autour de la cure de thalassothérapie un diagnostic et des objectifs, afin de mettre en place un programme personnalisé et adapté à tous les niveaux.





## Mille et une attentions pour être bien dans mon corps

Ultime étape de votre quête de bien-être,  
le Centre de Thalassothérapie Serge Blanco vous ouvre  
les portes de son Espace forme et beauté (Spa Marin et  
Institut de Beauté Spa)

Accordez à votre corps toute l'attention qu'il mérite.



## Spa marin

Cet espace, de bulles, de jets et de vapeurs délicatement parfumés est le parfait écrin de votre détente et de votre plaisir.

Il optimise les vertus des soins de thalasso, pour vous relaxer, vous purifier, vous tonifier.



Le Spa Marin est le complément idéal d'une cure de thalassothérapie réussie.

- 320 m<sup>2</sup> de bassins d'eau de mer chauffée avec plus de 50 animations,
- 1 jacuzzi extérieur maintenu à température toute l'année,
- 2 saunas,
- 1 hammam,
- 1 salle de fitness, avec plus de 30 appareils de musculation
- 4 préparateurs sportifs pour des séances coachées tout niveau (cours collectifs et individuels, pilates, stretching, aquabike, aquagym, vibrogym, abdos-fesses-cuisses, cardio training, pump, step etc ..)





“Quand je me sens bien,  
je me sens belle.”

Parce que votre bien-être doit être absolu,  
coiffeuses et esthéticiennes  
vous attendent pour des soins en forfaits ou  
à la carte,  
sur rendez-vous.



Découvrez cet espace entièrement dédié aux soins  
bienfaisants du corps et du visage pour sublimer  
votre peau.

Plongez dans les soins gourmands à base de miel  
ou de cacao. Abandonnez-vous aux délices  
exotiques des soins du monde aux parfums  
envoutants, véritables concentrés de bienfaits.

**Vous n'aurez jamais autant pris soin de vous.**



A tester absolument :

- **Les soins senteurs et délices d'ailleurs :**  
rituels du corps, instants magiques aux senteurs  
orientales.
- **Les produits de soins Serge Blanco,** pour  
prolonger chez vous les bienfaits de votre  
séjour.
- **Les soins écologiques** naturels à base de  
produits garantis sans paraben.





## Promesse...

Avec ses 90 chambres et suites climatisées, l'hôtel \*\*\* offre un [accès direct aux soins](#) : l'assurance d'une détente absolue.

Large baie vitrée avec balcon donnant sur la mer, le port ou le patio extérieur, décoration tout à la fois sobre et chaleureuse dans un style très contemporain, écran LCD, TV satellite, wifi access, coffre, mini-bar.

Vous vous sentez déjà bien.

*Ne rien faire, laisser ses sens s'éveiller et découvrir le paysage qui s'offre à vous.*

wifi  
access





de confort

*« Me laisser aller  
à la douceur de vivre »*



Des petits déjeuners,  
gourmands ou  
allégés, seront servis  
en chambre ou au  
restaurant.



Plaisirs...

## gourmands

*« Prendre le temps de me laisser  
surprendre »*



À deux pas ou sur place,  
une cuisine variée, généreuse, toujours  
authentique.

### **RESTAURANT D'HOTEL « Les 3 Couronnes »**

Thalassothérapie et plaisirs de la table  
peuvent aller de pair. Le Chef crée une cuisine  
originale déclinée autour  
de menus traditionnels ou allégés.

*À découvrir également, les ateliers du goût,  
véritables initiations à l'art culinaire.*

### **BAR « Le Jaizquibel »**

Grande variété de cocktails, avec  
ou sans alcool, à base de fruits et de légumes.  
Carte d'infusions et de cafés de toutes  
provenances.





## RESTAURANT GASTRONOMIQUE « Le Bidassoa »

Curistes et gourmets de la région s'y côtoient. Une cuisine à la fois créative et fidèle aux traditions. Le Chef, *Dominique Ochin*, laisse libre cours à son imagination inspirée par les produits authentiques de l'océan et du terroir qui varient au gré des saisons.



## BODEGA cidrerie la Pinta

Vivez à l'heure espagnole, le Chef basque Inaki Tetilla vous fait partager la passion de son pays et de sa culture, face à la marina et au petit port de pêche de Fontarrabie.

Des tapas à déguster au comptoir, en salle ou en terrasse sans oublier la célèbre côte boeuf à la plancha. Version cidrerie pour un menu typique avec dégustation de cidre basque au tonneau. Tout est réuni pour un pur moment de gastronomie conviviale.



# Pays Basque *passionnément*

*« Lumière et caractère, ici, d'un regard,  
j'embrasse Océan et montagnes »*

Pays Basque : terre de couleurs, terre de senteurs, privilégiée à plus d'un titre et maintes fois louée pour son climat, la limpidité de sa lumière, ses paysages, son authenticité préservée.





Ce n'est pas un hasard si par-delà les siècles, les basques n'ont jamais quitté ce paradis terrestre. ce sommet d'harmonie où l'homme et la nature ne font qu'un. Mariage des ancestrales Pyrénées et de la virevoltante Atlantique, terre baignée de la plus pure des lumières, le Pays Basque vous offre sa palette de tonalités : vert des vallées, bleu de l'Océan, rouge des passions.



À l'aube sur la plage, surfer la vague ou la contempler. Plus tard, au détour d'une ruelle, écouter le murmure d'un village authentique. Puis marier à table, poisson à la plancha et piment d'Espelette. Entendre la pelote claquer sur le fronton. Partager un moment unique à l'ombre d'une terrasse, aux pieds des Pyrénées.



- week-ends thalasso - soins beauté spa - accès spa marin
- journées thalasso - formules bien être express -

# chèque cadeau thalasso spa



en vente au 0 825 00 11 11 sur [www.thalassoblanco.com](http://www.thalassoblanco.com)



*La qualité de nos prestations : 15 ans d'expérience au service de notre clientèle, des techniques de soins exclusives parfaitement maîtrisées, plus de 50 professionnels, la recherche des meilleurs produits issus de l'océan, des temps de soins respectés avec minutie.*

*Le soucis de préserver l'environnement : parce que l'eau de mer est précieuse, parce que l'Océan est fragile, nous veillons quotidiennement à préserver cette ressource naturelle essentielle pour l'homme.*

*Cette volonté guide à chaque instant nos actions quotidiennes et notre développement futur.*

## **QUALITÉ DE L'EAU DE MER**

Contrôle permanent de l'eau utilisée pour la dispense des soins et dans les bassins.

## **QUALITÉ DES PRODUITS ET DES ÉQUIPEMENTS DE SOINS**

Contrôle des ressources naturelles à partir desquelles sont élaborés les produits de soins. Les équipements font l'objet d'une surveillance et d'un entretien permanents dans le cadre de normes d'hygiène scrupuleusement appliquées par un personnel compétent et spécifiquement formé.

À l'entrée de ce troisième millénaire, la consommation effrénée des ressources naturelles provoque la destruction de la diversité biologique et des milieux naturels. 70% de notre planète est recouverte par les océans et les mers. Pendant des siècles, l'humanité a considéré que l'Océan, comme les autres ressources naturelles, était inépuisable, absorbant nos déchets sans discontinuer.

La thalasso Serge Blanco soutient l'association Surfrider Foundation qui lutte activement pour la préservation de l'Océan et du littoral.



*Cette plaquette, comme tous les outils de communication du Groupe Serge Blanco, bénéficie du label Imprim'vert garantissant qu'elle a été imprimée de manière éco-responsable.*

*«fournisseur officiel de bien-être depuis 1991»*

Réservation : 0 825 00 00 15  
(depuis l'étranger : 33-559 51 35 35)

Fax : +33 (0) 5 59 51 36 00  
E-mail : [info@thalassoblanco.com](mailto:info@thalassoblanco.com)

[thalassoblanco.com](http://thalassoblanco.com)