

Week-ends ou courts séjours au bord de la mer 2 ou 3 jours rien que pour vous

Goûter à tous les bienfaits de la thalassothérapie authentique le temps d'une escapade de rêve en fin de semaine... Et se dire au moment du départ : « Je vais revenir sans tarder pour une semaine et profiter pleinement des richesses de la mer ! »

W.E. ET COURT SÉJOUR FORME ESSENTIELLE

2 jours - 3 soins

**+ accès illimité Espace Hydromarin
+ 1 nuit Hôtel Atalante*** demi-pension**

A partir de 199€ - avec hébergement

- 1 Modelage sous pluie marine
 - 1 Enveloppement aux algues essentielles marines
 - 1 Soins d'hydrothérapie au choix
(bain massant / jet tonique / matelas hydromassant)
- 1 Nuit Hôtel*** Atalante demi-pension,
base chambre double «Classique» basse saison.

Possibilité sur 3 jours - 6 soins

**+ accès illimité Espace Hydromarin
+ 2 nuits Hôtel*** demi-pension,
base chambre double «classique» basse saison.**

A partir 398€ - avec hébergement

- 2 Modelages sous pluie marine ou modelage de relaxation
- 2 Enveloppements aux algues essentielles marines
- 2 Soins d'hydrothérapie au choix
(bain massant / jet tonique / matelas hydromassant)

W.E. ET COURT SÉJOUR EVASION

2 jours - 4 soins

**+ accès illimité Espace Hydromarin
+ 1 nuit Hôtel Atalante*** demi-pension**

A partir de 279€ - avec hébergement

- 1 Modelage relaxant 50 mn
 - 1 Modelage sous pluie marine
 - 1 Enveloppement aux algues essentielles marines
 - 1 Soins d'hydrothérapie au choix
(bain massant / jet tonique / matelas hydromassant).
- 1 Nuit Hôtel*** Atalante demi-pension,
base chambre double «Classique» basse saison.

Possibilité sur 3 jours - 8 soins

**+ accès illimité Espace Hydromarin
+ 2 nuits Hôtel*** demi-pension,
base chambre double «classique» basse saison.**

A partir 558€ - avec hébergement

- 2 Modelages relaxant 50 mn
- 2 Modelages sous pluie marine ou modelage de relaxation
- 2 Enveloppements aux algues essentielles marines
- 2 Soins d'hydrothérapie au choix
(bain massant/jet tonique/matelas hydromassant)

Semaines thématiques

Tout en passion !

Nous vous proposons de bénéficier de tous les bienfaits de la thalassothérapie en cultivant vos passions pour le goût, le vin, la nature, les massages, la chanson, la peinture, la course à pied, le bridge... Vous repartirez en pleine forme et riches d'expériences nouvelles ! Nouveautés 2012 : Théâtre, Photo et Feng Shui sont au rendez-vous, alors n'oubliez pas de réserver et de vous inscrire à l'avance !

ART : « ART EN RÉ »

Aquarelle, acrylique, dessins, pastels... Initiez-vous à ces techniques à travers des stages et des ateliers passionnants. Des artistes confirmés planteront leurs chevalets à vos côtés pour vous enseigner l'art « Nature » !

Dessin & Peinture : 12 - 16 novembre 2012

Participation « ateliers et matériel fournis » : 100€ le stage de 3 ateliers ou 40€ par atelier

COURSE : « RÉMISE EN FORME »

Bien-être et sport avec notre semaine dédiée à la course à pied ! Avec la participation de Cécile Bertin, grande marathonnienne et fondatrice du site www.courir-au-feminin.com. Débutants : vous aborderez votre 1ère course en participant à plusieurs activités : footings, séances d'étirements, etc. Pour les amateurs, un réel programme d'avant course coaché par une "pro". Prolongez votre séjour et participez à la course à pied organisée à La Rochelle.

La Sarabande des filles de La Rochelle (5 ou 10 kms) :

7 - 11 mai 2012

Le Marathon de La Rochelle (10 ou 42 kms) :

19 - 23 novembre 2012

BRIDGE : « CARTE DE RÉ »

Stage convivial et instructif animé par Jean François Seiller, créateur de Voyage Bridge... Cours d'initiation et de perfectionnement en vue des tournois organisés. Dîner de gala pour clôturer votre séjour.

Bridge : 26 - 30 mars / 8 - 12 octobre 2012

Participation « cours, tournois et dîner de gala » : 180€ le stage

GOÛT : « SALÉ SUCRÉ »

Participez à nos semaines gourmandes... Pour aborder les plaisirs de la table en gourmet tout en profitant des conseils, recettes et astuces de nos spécialistes. Notre diététicienne et notre chef vous proposeront des ateliers pédagogiques, ludiques et interactifs afin de développer votre sensibilité au goût à travers 3 thèmes illustrés par des menus spécifiques (avec supplément).

Santé et Plaisir : 6 - 10 février 2012

Cuisiner Bio : 18 - 22 juin 2012

Semaine du Goût : 15 - 19 octobre 2012

CŒNOLOGIE : « SOIF DE RÉ »

Une semaine riche en échanges au plus près des vignerons... Michèle et Yves Joël Arbinet, expert-conférencier en vin, vous accompagneront tous les jours, pour vous initier au monde du vin et des vignobles. En partenariat avec la cave coopérative de l'île, vous percerez le secret de l'accord parfait liant bien-être relaxant, esprit gourmand et culture du vin. Dîner œnologique autour d'accords « mets et vins » en fin de semaine (avec supplément).

Dégustation de vin : 11 - 15 juin / 17 - 21 décembre 2012

NATURE : « DÉCOUV' RÉ »

Liez les bienfaits de la thalasso à l'activité en plein air pour une remise en forme optimale. À bicyclette, à pied, découvrez les secrets de l'île de Ré : son histoire, son patrimoine, sa nature à travers la diversité de ses paysages...

Thalasso Rando : 30 avril - 4 mai / 5 - 9 novembre 2012

Tous en selle : 4 - 8 juin / 3 - 7 septembre 2012

CHANSONS : « MÉLODIE EN RÉ »

Tous les jours, nos artistes vous donnent rendez-vous au centre de thalasso lors d'une pause déjeuner enchantée ! Puis rejoignez-les, chaque soir à l'hôtel pour un spectacle musical interactif à vivre en Ré majeur !

Chantons en thalasso : 9 - 13 avril / 24 - 28 septembre

THÉÂTRE : « COMÉDIE EN RÉ »

Durant votre séjour, admirez le travail des comédiens de la compagnie du Théâtre de l'Océan - Paris. Au programme, improvisations ponctuelles au centre de thalasso, le jour et représentations à l'hôtel, le soir. Vous pourrez aussi profiter d'une initiation au théâtre...

Jouons en thalasso : 16 - 20 avril 2012

PHOTOGRAPHIE : « PHOTO DE RÉ »

Découvrez le photographe qui sommeille en vous... Au cours du stage, vous apprendrez l'Art et la Technique. En collaboration avec « Incognito », photographe professionnel rétais, maîtrisez votre appareil photo pour immortaliser vos souvenirs. La plus belle photo sera récompensée !

Art de la photo : 21 au 25 mai 2012

Participation « stage photo » : 100 € le stage de 3 ateliers

BIEN-ÊTRE : « RÉ'STER ZEN »

Explorer les codes du Feng Shui ou l'alliance de l'art décoratif et de l'art millénaire du bien-être.

Nous vous proposons un voyage à travers les matières, les couleurs, les objets pour vous aider à créer un espace de vie dans lequel vous vous sentirez bien.

Participez aux différents ateliers de Carole Imbert, harmonisatrice d'intérieur, pour retrouver l'énergie régénératrice, une source de bien-être et d'équilibre précieux.

Harmonizen : 10 au 14 septembre 2012

Spécial vacances scolaires

Faites profiter vos enfants des multiples activités proposées sur l'île de Ré : surf, voile, kitesurf, paddle, tennis, équitation... pour un séjour de loisirs et de bien-être.

Inscrivez votre enfant dès maintenant pour que nous puissions lui réserver sa place en stage d'initiation ou de perfectionnement.