

# Palasiet Thalasso Clinic & Hôtel\*\*\*\* - Benicassim

Forfait semaine Prix par personne en francs		du 15.03 au 27.03.24 du 01.04 au 02.06.24 <sup>1)</sup> du 16.09 au 15.11.24 <sup>1)</sup>				du 28.03 au 31.03.24 du 03.06 au 28.07.24 du 26.08 au 15.09.24				du 29.07 au 25.08.24			
		7n / 6j «Anti-Stress» sans transport	7n / 6j «Thalasso & Spa» sans transport	7n / 6j «Yoga» sans transport	Nuit suppl. sans soins	7n / 6j «Anti-Stress» sans transport	7n / 6j «Thalasso & Spa» sans transport	7n / 6j «Yoga» sans transport	Nuit suppl. sans soins	7n / 6j «Anti-Stress» sans transport	7n / 6j «Thalasso & Spa» sans transport	7n / 6j «Yoga» sans transport	Nuit suppl. sans soins
<b>Standard</b> Vue mer latérale	Double Indiv.	1860.- 2070.-	1860.- 2060.-	1695.- 1925.-	130.- 160.-	1895.- 2140.-	1860.- 2060.-	1750.- 1995.-	135.- 170.-	1990.- 2280.-	1860.- 2060.-	1855.- 2135.-	150.- 190.-
<b>Supérieure</b> Vue mer frontale	Double Indiv.	1990.- 2315.-	1990.- 2320.-	1855.- 2170.-	150.- 195.-	2070.- 2420.-	1990.- 2320.-	1925.- 2275.-	160.- 210.-	2140.- 2525.-	1990.- 2320.-	1995.- 2380.-	170.- 225.-
<b>Supérieure avec salon</b> Vue mer latérale	Double	2070.-	2085.-	1925.-	160.-	2140.-	2085.-	1995.-	170.-	2245.-	2085.-	2100.-	185.-
Supplément pension complète		210.-	210.-	210.-	30.-	210.-	210.-	210.-	30.-	210.-	210.-	210.-	30.-
Réduction accompagnant non curiste en chambre double		950.-	810.-	805.-	-	950.-	810.-	805.-	-	950.-	810.-	805.-	-

## PRESTATIONS INCLUSES

### Le forfait «Anti-Stress» comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Anti-Stress & Relaxation (29 soins & activités)
- Visite médicale

### Le forfait «Thalasso & Spa» comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Thalasso & Spa (23 soins & activités)
- Visite médicale

### Le forfait «Yoga» comprend:

- 7 nuits en demi-pension
- 6 jours de cure Yoga (6 cours de Yoga et 9 soins & activités)
- Visite médicale

## HEBERGEMENT

<sup>1)</sup> Fermeture saisonnière: de mi-novembre à mi-mars

**Autres catégories de chambres:** Suite (prix sur demande)

**A noter:** taxe de séjour à régler sur place

## TRANSPORT ET TRANSFERTS

### Avion:

- **Vol de ligne direct SWISS de Genève à Valence.**  
Prix sur demande.
- Vol direct SWISS ou easyJet de Genève à Barcelone.  
Prix sur demande

### Transferts:

- Transferts privés organisés par l'hôtel (réservation obligatoire à l'inscription - à payer sur place):
  - aéroport de Valence/hôtel ou retour: 116€ / voiture/ trajet
  - aéroport de Barcelone/hôtel ou retour: 355€ / voiture/ trajet

**Location de voiture:** prix sur demande

## PROGRAMMES THALASSO

### Anti-Stress & Relaxation: compris dans le forfait de base

6 jours/29 soins & activités - cure pour retrouver un équilibre et bien-être aussi bien physique que mental, incluant 2 massages détente de 25 min, 1 massage crâne et visage de 20 min, 1 massage Prana et Dara de 50 min, 3 bains bouillonnants aux algues, 1 séance de Yoga, 1 séance de relaxation, 6 parcours bio-marin, 6 parcours circulatoire, 3 cours d'aquagym, 3 séances de tonification musculaire et 2 séances de stretching. Egalement au programme: un entretien sur l'alimentation saine et un cours de cuisine bien-être.

### Thalasso-Thérapeutique: supplément CHF 250.-

6 jours/27 soins & activités - cure recommandés aux personnes souffrant de **problèmes rhumatismaux, circulatoires ou de fibromyalgie**. Au programme (adapté après la visite médicale selon les besoins): 3 bains hydromassants aux algues, 3 applications de boues marines (froides ou chaudes), 3 massages thérapeutiques de 25 min, 6 séances d'électrothérapie (ultra-sons ou laser, selon prescription médicale), 6 parcours bio-marin et 6 parcours circulatoire. Egalement au programme: séances d'aquagym, de gym en salle et de stretching, marches guidées matinales, ainsi qu'un entretien sur l'alimentation saine et un cours de cuisine bien-être.

**Minceur - Léger (pension complète diététique oblig. incluse):** suppl. CHF 410.- 6 jours/34 soins & activités - cure pour affiner la silhouette incluant 3 bains bouillonnants aux algues, 2 massages minceur de 25 min, 1 séance de physiothérapie, 1 enveloppement aux algues, 1 douche à jet, 6 parcours bio-marin, 6 parcours circulatoire, 3 marches guidées matinales, 6 séances de tonification musculaire, 6 cours d'aquagym, 6 cours de gym. Possibilité de participer à 2 séances de Pilates, Yoga ou Relaxation. Le programme inclut également 1 consultation avec la nutritionniste, 1 cours de cuisine bien-être et un rendez-vous et suivi avec un coach sportif.

**Minceur - Modéré (pension complète diététique oblig. incluse):** suppl. CHF 640.- 6 jours/42 soins & activités - cure pour amorcer une perte de poids incluant 3 bains bouillonnants aux algues, 2 massages minceur de 25 min, 1 gommage corporel de 60 min, 2 séances de physiothérapie, 1 soin minceur (lypolyse laser), 1 enveloppement aux algues, 1 douche à jet, 6 parcours bio-marin, 6 parcours circulatoire, 6 séances de tonification musculaire, 6 cours d'aquagym et de gym, 4 séances de Pilates, Yoga ou Relaxation et 3 marches guidées matinales. Le programme inclut également 1 consultation avec la nutritionniste, 1 cours de cuisine bien-être et un rendez-vous et suivi avec un coach sportif.

**Minceur - Intensif (pension complète diététique oblig. incluse):** suppl. CHF 850.- 6 jours/43 soins & activités - cure pour perdre du poids incluant 3 bains bouillonnants aux algues, 2 massages minceur de 25 min, 1 massage minceur de 60 min, 1 gommage corporel de 60 min, 3 séances de physiothérapie, 2 séances d'électrostimulation, 1 séance de LPG, 1 soin minceur (lypolyse laser), 1 enveloppement aux algues, 1 douche à jet, 6 parcours bio-marin, 6 parcours circulatoire, 6 séances de tonification musculaire, 6 séances de Pilates, Yoga ou Relaxation et 3 marches guidées matinales. Le programme inclut également 1 consultation avec la nutritionniste, 1 cours de cuisine bien-être et un rendez-vous et suivi avec un coach sportif.

### Thalasso & Spa: compris dans le forfait de base

6 jours - cure cocooning «Spéciale Destinations Santé» comprenant 23 soins & activités, dont 1 gommage corps, 1 massage sous pluie marine, 1 bain hydromassant aux algues, 1 enveloppement aux algues, 1 application de boues marines, 1 douche à jet, 1 réflexologie plantaire, 1 massage crâne et visage, 1 soin du visage, 1 massage canne de bambou 50 min, 1 massage détente 40 min, 1 massage aux tampons d'herbes chauds 30 min, 6 parcours bio-marin, 3 cours d'aquagym, 1 séance de stretching et 1 séance de yoga.

### Yoga: compris dans le forfait de base

6 jours - cure alliant yoga, méditation et soins. Au programme, 1 discours de bienvenue sur les cinq principes du Yoga, 6 séances collectives de Yoga (60 min) et de méditation (30 min) le matin ou l'après-midi, 6 parcours bio-marin, 1 massage Prana et Dara (50 min), 1 massage Pindasweda (25 min) et 1 massage aromatique anti-stress (50 min).

**Visite médicale d'entrée incluse (médecin présent du lundi matin au samedi matin).**

**Fournis par la thalasso:** linges, peignoir. Sandales en vente sur place (env.15€).