



Thalassothérapie Prévithal - Granville

Le bien-être comme expérience intégrale des séjours Thalasso



Edito

Soins thalasso, esthétique, hydrothérapie, algothérapie... Ici comme ailleurs, nous maîtrisons ces concepts depuis des décennies. Mais le bien-être procuré par ces disciplines doit-il cesser quelques instants après être sorti de la cabine de soin ? Imaginons qu'un curiste en thalasso profite d'un gommage, d'un enveloppement puis d'un massage. Il sera détendu de la tête au pied, mais le restera-t-il si sa chambre d'hôtel n'inspire pas l'apaisement ou si le contenu de son assiette n'est pas à sa convenance ? C'est à partir de cette réflexion que, chez Prévithal, nous souhaitons proposer une approche du bien-être plus holistique, plus « intégrale ».

Notre savoir-faire en termes de soins n'est plus à démontrer. D'autant plus que nous bénéficions toujours d'une expertise issue du milieu médical héritée du Normandy*. Cependant, pour garantir la pleine efficacité de nos cures, nous devons nous assurer que la personne qui en profite dorme bien, mange bien et puisse vivre des expériences apaisantes aux alentours du resort. Voilà ce qui définit notre concept « d'expérience intégrale » de bien-être.

Notre hôtel 4* dispose de 76 chambres où la lumière naturelle et les teintes douces prédominent. Nous nous assurons également que notre restaurant puisse offrir une expérience culinaire agréable à chaque repas. Le chef Aurélien Leclerc, labellisé Maître Restaurateur, propose une nouvelle carte à chaque saison. Les plats sont fait-maison à base de produits frais, locaux et de saison. La mer et les îles Chausey sont visibles depuis chaque table, en salle comme en terrasse. Enfin, nous tirons un grand avantage de ce que peut offrir la destination. La région de Granville fait partie de ces façades maritimes préservées qui ont beaucoup à offrir tout au long de l'année. Balades nature, visites culturelles, activités, shopping, évènements... Une multitude de découvertes et de belles surprises attendent les voyageurs afin que la sensation de bien-être soit globale et multiplie les bénéfices des cures sur un plus long terme.

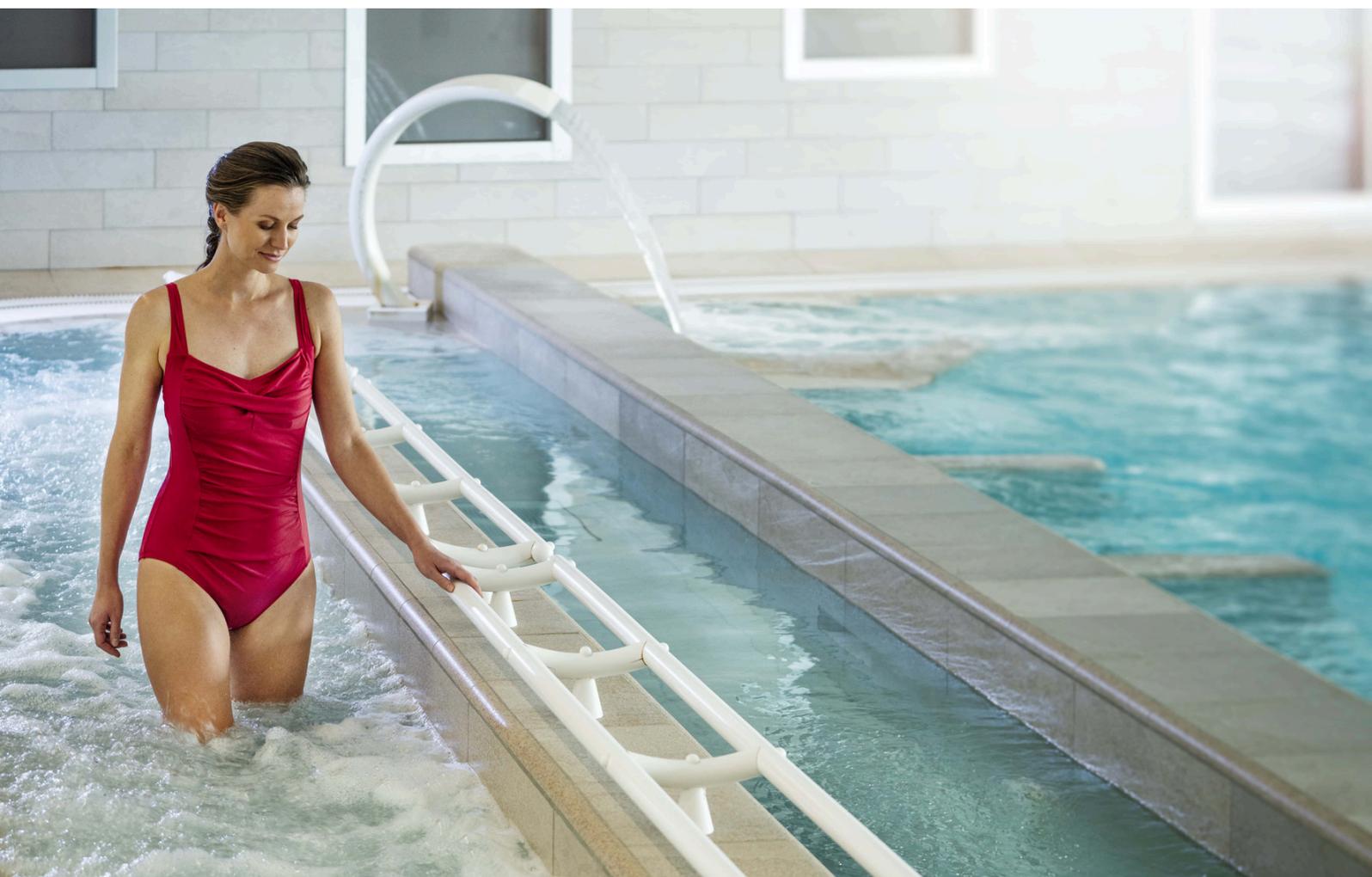
*Le Normandy est le centre de rééducation et réadaptation fonctionnelle où est né le concept Prévithal, à Granville, en 1988.

Emmanuel Boireau, Directeur
Prévithal – Hôtel de la Baie****,
Thalasso & Spa Marin – Granville



Table des matières

Prévithal : plus qu'une cure, une expérience bien-être globale	4
Une destination rythmée par les plus grandes marées d'Europe	4
L'héritage santé Prévithal : une expertise issue du milieu médical	5
Le bien-être est aussi dans l'assiette	5
Un engagement pour l'humain et pour l'environnement	6
Nouveautés 2023/2024 : Sophrologie et Cure 100% Bio	7
Des ateliers sophrologie pour évacuer les tensions	7
Cure 100% Bio : le bien-être en mode écoresponsable	7
Des programmes de cure au plus près des besoins	8
Forme & Vitalité, pour se remettre en forme	8
Bien-être & Sérénité, pour évacuer le stress	9
Thalasso, Spa & Beauté, pour un voyage sensoriel et un éclat retrouvé	10
Santé & Energie, pour soulager les maux physiques	11
Silhouette & Minceur, pour atteindre ses objectifs silhouette	12
Les escapades Prévithal : des courts-séjours pour une vraie bulle de bien-être	13
Un resort complet : hôtel, restaurant et thalasso	14
L'Hôtel de la Baie, un quatre étoiles face à la mer	14
Le Restaurant Le Sound : pour compléter l'éveil des sens	15
Un espace spa et thalasso pensé pour un bien-être global	16



Prévithal : plus qu'une cure, une expérience bien-être globale

L'efficacité d'une cure thalasso, quels que soient vos objectifs personnels, dépend d'une multitude de facteurs. Si le savoir-faire des thérapeutes et esthéticiennes est primordial, la sensation de bien-être physique et mental sera totale uniquement si l'ensemble du séjour est un ensemble d'expériences agréables. Les sens en éveil, chaque curiste choisit Prévithal non seulement pour son savoir-faire mais aussi pour retrouver un sommeil apaisant, un plaisir culinaire partagé et une destination aux paysages sereins et aux multiples possibilités d'activités.

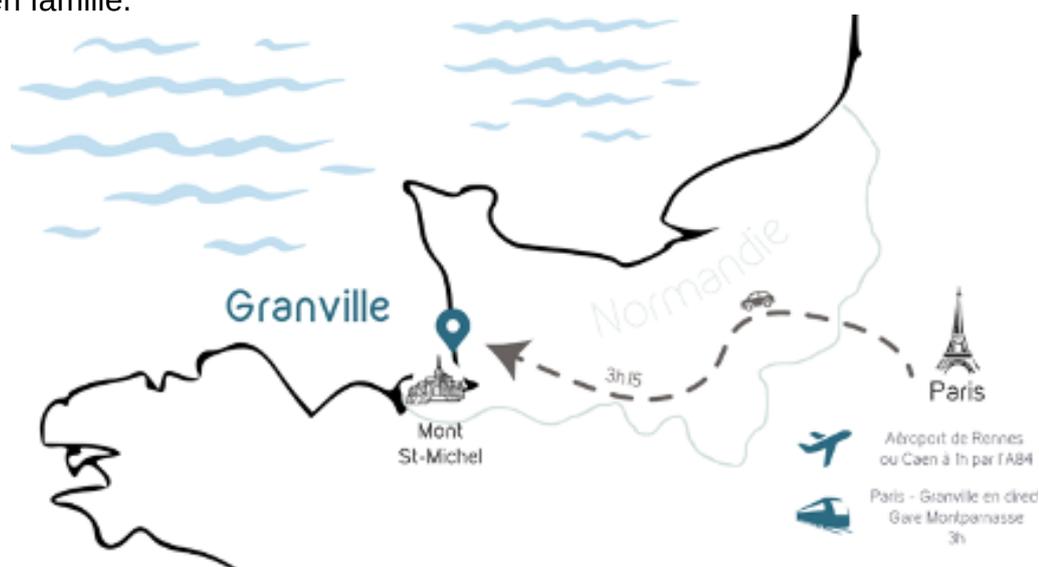
Une destination rythmée par les plus grandes marées d'Europe

Granville est une station balnéaire située au nord de la Baie du Mont Saint-Michel. C'est dans cet espace maritime spectaculaire qu'ont lieu les plus grandes marées d'Europe. Constamment en mouvement, l'eau de mer est brassée, oxygénée et toujours rechargée en microéléments.

L'eau de mer utilisée pour les soins et pour les bassins de l'Espace Marin est captée dans cette baie. Elle est par ailleurs reconnue pour sa qualité et sa pureté (label Pavillon Bleu). Chauffée à 32°C, l'eau de mer permet à la peau d'absorber les minéraux et oligo-éléments dont le corps a besoin. Elle libère les toxines, assouplit et renforce les muscles, améliore et soulage les articulations.

L'air marin normand joue également un rôle primordial dans l'évacuation du stress. Il favorise la dilatation des capillaires et accélère les échanges entre le corps humain et les oligo-éléments. A son contact, un organisme fatigué se recharge naturellement en ions négatifs et fait sa provision de sels minéraux. Dès les premiers jours, le stress disparaît et le corps retrouve un maximum de tonus.

Cet ensemble environnemental fait de Granville un site idéal pour jouir des vertus de la thalassothérapie. Une cure Prévithal est une expérience santé et bien-être unique. C'est aussi l'opportunité de profiter du climat marin, du littoral et du spectacle offert à nos regards, seul, en couple ou en famille.



L'héritage santé Prévithal : une expertise issue du milieu médical

Prévithal a un lien historique avec les métiers de la santé.

L'histoire de Prévithal a commencé au sein du centre de réadaptation fonctionnelle Le Normandy à Granville. Cet établissement médical accueillait alors des curistes en externe en dehors des heures consacrées aux patients.

Lorsque Prévithal est devenu indépendant il y a 10 ans, certains membres de l'équipe historique ont suivi l'aventure. Puis, d'années en années, par simple transmission orale ou par mise en place de protocoles de plus en plus pointus, l'expertise originelle médicale se retrouve aujourd'hui dans chaque geste réalisé par notre équipe de thérapeutes.

Le + Prévithal

La douche à jet : un savoir-faire propre à Prévithal

Parmi les spécificités du centre, l'équipe spécialiste de l'hydrothérapie a mis au point un protocole efficace et bienveillant concernant la douche à jet. Après un massage des jambes debout, le curiste s'assoit pour se faire masser le dos à l'aide d'un jet à pression variable qui peut être doux ou tonique selon votre souhait.

Le bien-être est aussi dans l'assiette

Quelques grammes de carottes râpées sans assaisonnement... Les stéréotypes du cinéma ont encore la peau dure. Mais il est loin le temps où les centres de thalassothérapie étaient une frustration pour les épicuriens. Aujourd'hui, l'évidence est que l'éveil des sens est une étape-clé dans un séjour bien-être. Au-delà de manger sainement pour se sentir bien dans son corps, il s'agit de vivre d'agréables expériences culinaires pour déclencher des émotions positives. C'est la promesse que fait Aurélien Leclerc, chef du restaurant Le Sound, intégré au centre Prévithal.

En vous asseyant à une des tables du restaurant, face à la mer, on vous apportera une carte dans laquelle sont proposés uniquement des plats fait-maison. En choisissant n'importe quel met, vous avez la garantie qu'il est cuisiné sur place à partir de produits frais et de saison. Une grande partie des ingrédients sont par ailleurs issus des circuits courts. Cet engagement est aujourd'hui approuvé par le label Maître Restaurateur détenu par Aurélien Leclerc.



Un engagement pour l'humain et pour l'environnement

Par nature, l'équipe de la Thalasso et Spa Marin Prévithal – Hôtel de la Baie**** s'appuie chaque jour sur les bienfaits de la mer pour vous apporter bien-être et tonus. Les énergies marines, les courants, le vent, mais aussi les minéraux, les oligo-éléments... Elle sait puiser dans toute la force des éléments pour que vos cures soient efficaces et vous aident à vous rebooster.

En travaillant quotidiennement dans cet environnement vertueux, chaque membre de l'équipe développe une connexion avec lui. Cette prise de conscience est inévitable. Nous nous devons alors de nous engager dans une démarche durable pour préserver notre planète. Nous explorons chaque piste, chaque possibilité, pour apporter notre contribution et nous vous proposons de nous suivre dans notre engagement.

Labellisation Clef Verte en cours

Le centre de thalassothérapie Prévithal est en cours de labellisation Clef Verte/Green Key, premier label de tourisme durable international pour les hébergements touristiques et les restaurants.



Nouveautés 2023/2024 : Sophrologie et Cure 100% Bio

Des ateliers sophrologie pour évacuer les tensions

La sophrologie est une discipline sur une variation de technique de relaxation, centrées en grande partie sur la respiration.

Albane Legris, sophrologue expérimentée, anime des ateliers collectifs chez Prévithal. Ces séances font désormais partie intégrante de nombreuses cures longue durée (6 jours). Elles complètent parfaitement l'efficacité de celles-ci.

Albane, en tant qu'experte de la relaxation, adapte ses séances selon le niveau et la réceptivité des curistes. Elle leur donne les clés pour s'ouvrir à la pleine conscience et à l'écoute de soi.

Cure 100% Bio : le bien-être en mode écoresponsable

En adoptant le bio dans votre cure mêlant détente et beauté, vous profiterez des bienfaits de la mer tout en respectant votre peau, votre corps et l'environnement authentique qui vous entoure. Se ressourcer, se recharger, se reminéraliser et booster son organisme : tels sont les besoins dont notre corps à besoin.

Cure Bio Marine - 4 jours 16 soins

PRÉPARER SA PEAU

1 gommage corps au beurre de karité
et à l'huile de coco BIO

SE RELAXER

1 lit hydromassant,
1 massage du dos plénitude BIO 20 mn
1 massage Californien Plénitude BIO
1 séance de sophrologie

S'EMBELIR

1 soin du visage BIO actif hydratants

SE REMINÉRALISER ET S'HYDRATER

2 bains de mer hydromassants,
1 pluie marine,
2 bains d'algues,
2 enveloppements à l'argile blanche et eaux
florale de bleuet BIO
1 douche à jet

SE TONIFIER

2 aquagyms

Le + Prévithal :

Le centre Prévithal a choisi de collaborer de près avec la marque Estime & Sens. Les soins cosmétiques Estime & Sens sont d'origine naturelle et certifiés bio. Les produits sont adaptés à tous types de peau. Produits rêvés, conçus et formulés en France pour un bien-être de la peau optimal.

Des programmes de cure au plus près des besoins

Forte d'une expérience de plus de 35 ans, l'équipe Prévithal a su élaborer des programmes de soins affinés afin de répondre aux besoins des clients. Le centre de thalassothérapie granvillais propose aujourd'hui cinq thématiques principales de cure.

- **Forme & Vitalité**, pour se tonifier et renforcer ses défenses
- **Bien-Être & Sérénité**, pour se détendre et évacuer le stress
- **Thalasso, Spa & Beauté**, pour retrouver de l'éclat physiquement et mentalement
- **Santé & Energie**, pour soulager les maux de dos, d'articulation
- **Silhouette & Minceur**, pour affiner sa silhouette et repartir avec les clés

Forme & Vitalité, pour se remettre en forme

Forme et vitalité sont deux composantes essentielles pour aborder la vie avec énergie et favoriser l'épanouissement personnel. Par des programmes alliant détente et soins tonifiants, nos cures **Forme & Vitalité** vous aide à aller de l'avant en agissant sur votre mental comme sur votre physique.

Cure Vitalité Océane - 6 jours 18 soins

Idéal pour découvrir la thalassothérapie et ses bienfaits. Ce programme allie détente, soin tonifiant, reminéralisant et beauté. Cette Cure est idéale pour vous relaxer et vous reminéraliser grâce aux éléments marins (boue, algues, air et mer). Elle vous fait profiter également d'un boost sur vos défenses immunitaires.

Cure Remise en Forme – 6 jours 24 soins

Offrez à votre organisme le plein de vitalité et profitez pleinement des bienfaits du milieu marin. Parfait équilibre entre soins de thalassothérapie et marches marines oxygénantes et dynamisantes. C'est un excellent moyen de se ressourcer et de prendre soin de soi.

Le + Prévithal : La sophrologie, une détente garantie.

Un atout clé dans votre programme de remise en forme. Ce soin améliore le sommeil, lutte contre l'anxiété, et évacue les tensions ou le stress. Albane Legris, sophrologue expérimentée, vous accueille lors d'ateliers collectifs basés sur la respiration et le relâchement musculaire. Cette séance aide à prendre conscience de votre corps, à être dans l'instant présent, à relâcher le mental et à écouter vos sens.

Cure Homme - 3 jours 9 soins

Ce séjour thalasso offre l'occasion de se ressourcer et de faire le plein d'énergie et de vitalité. L'association des effets de l'eau de mer aux différentes techniques de massages, vous procurera un réel lâcher prise. Vous vous sentirez détendu et ressourcé.



Le + Prévithal : En tant que curiste, vous avez un accès libre aux salles de musculation et remise en forme. Le matériel à votre disposition optimisera l'efficacité de vos exercices. Vous amplifierez alors les effets tonifiants et relaxants de votre cure grâce à la dopamine, l'endorphine et l'adrénaline secrétées durant l'effort.

Bien-être & Sérénité, pour évacuer le stress

Cultiver Bien-être et Sérénité est essentiel pour se maintenir dans une excellente santé physique et mentale. Grâce à un programme de soins très complémentaires misant sur l'éveil des sens, vous évacuerez fatigue, stress et tensions musculaires.

Cure Bien-Être - 6 jours 24 soins

Laissez le stress et la fatigue de côté. Nos soins de thalasso et nos modelages journaliers, vous apporteront relâchement et détente pour une reprise toute en énergie.

Cure Harmonie Corps et Esprit – 6 jours 24 soins

Fatigue, stress, anxiété... les émotions se traduisent au niveau de notre corps et notre esprit. Cette cure vous permet un véritable lâcher-prise, vous ressource, vous libère de toutes tensions afin de retrouver votre équilibre intérieur.

Le + Prévithal : En empruntant à d'autres cultures les meilleures techniques de relaxation, cette cure rééquilibre le corps et l'esprit. Les soins effectués favorisent la circulation des énergies intérieures. Des gestuelles douces, enveloppantes et des mouvements plus toniques permettent de déverrouiller les tensions. Le corps et l'esprit retrouvent leur vitalité essentielle.

Cure Future Maman / Maman-Bébé – 3 jours 9 soins

Pour les futures mamans : À partir du 3ème mois de grossesse et jusqu'à l'accouchement. Vivre des instants de détente et retrouver un bien-être en attendant bébé

Pour les jeunes mamans avec bébé : À partir du 3ème mois après l'accouchement, jusqu'à 10 mois. Cette cure permet de prendre soin de soi et de partager des moments privilégiés avec bébé.

Le + Prévithal : les soins sont réalisés avec les produits de la marque Estime & Sens. Cette marque française éthique et engagée conçoit des cosmétique BIO parfaitement adaptés aux femmes enceintes et futur bébé.

Thalasso, Spa & Beauté, pour un voyage sensoriel et un éclat retrouvé

Nos cures Thalasso, Spa et Beauté sont conçues pour procurer une expérience de relaxation totale, en combinant les bienfaits de l'eau de mer avec des soins corporels et esthétiques de qualité. Par un véritable voyage sensoriel, vous sentirez comme un réveil de votre corps et de vos sens.

Cure Voyage des Sens – 6 jours 24 soins

Offrez à votre corps et à votre esprit, une expérience unique au gré des senteurs paradisiaques en y associant les soins de thalassothérapie et l'univers zen du Spa. Vous reviendrez de ces voyages (Bali, Inde, Polynésie, Japon...) apaisé et ressourcé.

Cure Mon Idéal - 6 jours 20 soins à la carte

Cette cure vous donne la liberté de choisir tous vos soins selon vos envies pour votre plaisir et votre plus grand bien-être : gommages, massages, activités forme, soins hydro, etc.

Cure Bio Marine – 4 jours 16 soins – NOUVEAUTE 2024

En adoptant le bio dans votre cure mêlant détente et beauté, vous profiterez des bienfaits de la mer tout en respectant votre peau, votre corps et l'environnement authentique qui vous entoure. Se ressourcer, se recharger, se reminéraliser et booster son organisme tels sont les besoins dont notre corps à besoin.

Le + Prévithal : les soins cosmétiques Estime & Sens sont d'origine naturelle et certifiés bio. Les produits sont adaptés à tous types de peau. Produits rêvés, conçus et formulés en France pour un bien-être de la peau optimal.

Cure Beauté – 4 jours 16 soins

Profitez d'un instant rien que pour vous tout en voyageant au gré des senteurs paradisiaques des soins. Découvrez les effets de l'eau de mer, associés au soin zen du spa. Vous repartirez ressourcé(e) physiquement et psychologiquement par ce voyage en sensations venues d'ailleurs. Cette cure beauté est idéale pour vous faire chouchouter et vous faire masser.

Santé & Energie, pour soulager les maux physiques

Prévithal est plus qu'un centre de thalasso-thérapie. C'est un concept bien-être et santé hérité du milieu médical et du monde de la kinésithérapie. Ce savoir-faire vous permet de profiter aujourd'hui de deux cures spécifiques axées sur le soulagement des douleurs et l'acquisition des bons réflexes pour des effets à long terme.

« Afin d'optimiser l'efficacité de la cure, j'effectue ensuite un premier bilan postural tout en proposant des rappels anatomiques et biomécaniques. Ce bilan permet de voir les attitudes vicieuses comme par exemples : un appui préférentiel sur un côté, une attitude antalgique, des épaules enroulées, une cyphose, une scoliose... J'évalue aussi les principaux muscles tout en testant leurs forces : abdominaux, dorsaux, fessiers... Ce bilan me permet de travailler les points faibles de chaque curiste. Ainsi chaque programme, chaque soin, est parfaitement personnalisé. »

Thierry Fischer, kinésithérapeute

Cure Ecole du dos® - 6 jours 25 soins

Ne laissez pas de prise au mal de dos, préservez votre capital santé, pour un bien-être de tous les jours, apprenez en quelques jours les bons réflexes, prendre soin de votre dos et prévenir les dorsalgies, tel est le principe de l'école du dos proposée à Prévithal.

Cure Rééducation – 6 jours 25 soins

Besoin de renforcement musculaire, d'améliorer l'amplitude de vos gestes ? Les soins d'hydrothérapie et d'algothérapie, vous lèveront les blocages musculaires et vous permettront de retrouver progressivement toute l'amplitude de vos mouvements en toute décontraction.

Le + Prévithal : Après un bilan d'évaluation musculaire, notre kinésithérapeute vous guide dans les gestes et les postures à adopter au quotidien. Notre diététicienne ainsi qu'un coach vous conseillent tout au long de la semaine. Cette cure est proposée pour 6 personnes maximum. Le fait d'être en petit groupe permet au kinésithérapeute d'avoir une écoute personnalisée et d'adapter les soins à chacun ce qui améliore considérablement les effets de la cure.

Silhouette & Minceur, pour atteindre ses objectifs silhouette

Notre cure silhouette et minceur se concentre sur les objectifs de perte de poids, de raffermissement de la peau et de remodelage corporel. Cette cure se veut particulièrement pédagogique pour que chaque curiste reparte avec les clés nécessaires à une efficacité à long terme.

Silhouette marine - 6 jours 27 soins

Vous souhaitez retrouver une silhouette harmonieuse et un moral ensoleillé ?

Nos équipes de professionnels mettent au service de votre corps leurs expertises en vous proposant des soins raffermissants et remodelant, par des techniques manuelles et des soins adaptés.

Votre corps retrouvera un bien être intérieur et extérieur.

En plus de profiter d'une demi-pension diététique, notre diététicienne vous permettra de repartir avec des conseils alimentaires. Vous retrouverez ainsi un équilibre et le plaisir de bien manger à la maison.

Incluant également :

- une demi-pension diététique
- 2 consultations diététiques
- 1 atelier culinaire
- 1 ampoule active détox by Thalgo par jour

Le + Prévithal : Activ Détox de Thalgo est un soin en ampoules nutricosmétiques détoxifiantes pour amorcer une perte de poids. Grâce à ses actifs 100% d'origine naturelle (l'algue brune *Fucus vesiculosus* et le complexe de plantes bio) ce complément alimentaire vous aidera à retrouver bien-être et légèreté.

Conseil : pour maximiser l'effet de la cure silhouette marine, nous vous conseillons d'ajouter la pension complète diététique.

Les escapades Prévithal : des courts-séjours pour une vraie bulle de bien-être

En week-end ou en semaine, une courte escapade en thalasso permet de rompre la routine en s'offrant une véritable parenthèse. Face à la mer, le temps cesse de s'écouler et on se laisse chouchouter par une équipe aux petits soins.

Bien-être | 2 jours 8 soins

- 2 massages relaxants ou sous pluie marine 20 mn
- 1 bain de mer hydromassant
- 1 douche à jet
- 1 bain d'algues
- 1 enveloppement d'algues
- 2 lits hydromassants

Beauté | 2 jours 8 soins

- 1 gommage corps îles Pacifique
- 1 enveloppement aux 3 thés
- 1 massage corps relaxant 20 mn
- 1 massage visage digito-pressions
- 1 soin visage fondamental de la mer
- 2 lits hydromassants
- 1 douche à jet

Plénitude bio | 2 jours 8 soins | nouveauté

- 1 soin visage BIO actif hydratant
- 1 enveloppement à l'argile blanche et eau florale de bleuet bio
- 1 massage Relax' Dos & Bio - 30 mn
- 1 massage relaxant ou sous pluie marine 20 mn
- 1 bain de mer hydromassant
- 1 bain d'algues ou application de boue marine

Evasion marine | 2 jours 6 soins

- 1 bain de mer hydromassant
- 1 douche à jet
- 1 enveloppement d'algues
- 1 bain d'algues
- 2 aquagyms

Ces escapades sont également disponibles en 1 jour. Arrivée possible tous les jours.

Retrouvez toutes nos escapades 1 ou 2 jours (Ado, voyage en orient, éveil des sens, oligo marine, cold cream, merveille arctique, mer des indes, îles Pacifiques, prodige des océans) sur www.previthal.com.

Un resort complet : hôtel, restaurant et thalasso

L'Hôtel de la Baie, un quatre étoiles face à la mer

Au cœur de la baie du Mont Saint-Michel, face à la plage et aux îles Chausey, l'Hôtel de la Baie★★★★ vous plonge dans un espace naturel unique au monde et vous invite à vivre une expérience inoubliable.

Intégré au centre de thalassothérapie Prévithal, l'hôtel offre des chambres aux décors d'inspiration marine où bois et teintes naturelles s'harmonisent tout en douceur et s'accordent pleinement avec l'environnement naturel du littoral.

Les + de l'hôtel

- Accueil 24h/24h
- Restaurant vue mer avec terrasse
- Room service
- Bar à cocktails avec terrasse
- Petit déjeuner en chambre (suppl. 10€/pers/jour)
- Jusqu'à 12 ans le petit déjeuner est offert
- Produits d'accueil fabriqués en France, certifiés BIO, 98% d'ingrédients naturels
- Accueil de vos animaux (20€/nuit)
- Parking privé gratuit
- Borne de recharge électrique
- Accès Wifi gratuit
- Boutique Thalgo
- Accès direct à la plage
- Accès libre à l'Espace Marin, sauna & hammam
- Accès libre à la salle de cardio-training et musculation
- Cours de gym en salle, activité gratuite sur réservation
- Marches oxygénantes, activité gratuite sur réservation
- A 2,5 km de la gare de Granville



Le Restaurant Le Sound : pour compléter l'éveil des sens

Face à la mer, dans un environnement propice à la détente, laissez-vous tenter par les délices du Sound. Notre restaurant Maître Restaurateur est une ode au terroir et à la mer qui l'entoure. Il est nommé le Sound, en référence au courant marin qui traverse l'archipel des Îles Chausey.

Le Chef, Aurélien Leclerc, vous propose une carte composée de plats gastronomiques et traditionnels. Il puise son inspiration dans les richesses des produits frais et du terroir normand. Cela lui permet de vous offrir des mets d'une qualité de premier choix, sélectionnés avec ses fournisseurs locaux, dans le respect des savoir-faire et de l'environnement.

La carte change au gré des saisons, les plats sont accompagnés de légumes frais et variés, expertement revisités chaque jour, pour vous proposer sans cesse qualité et renouveau.

Sur demande, le restaurant propose ses plateaux de fruits de mer composés de produits de nos côtes, bulots de Granville label IGP, homards de Chausey, praires, huîtres... Dans le cadre de votre demi-pension, votre repas peut être pris le midi ou le soir selon vos envies.

Rien de plus agréable que de commencer la journée par un généreux petit déjeuner face à la mer et aux îles Chausey ! Sous forme de buffet, ce petit déjeuner gourmand, complet et équilibré est également « locavore » : de nombreux produits issus du terroir local sont à disposition.

Le Sound en résumé

- Restaurant vue mer avec terrasse
- Room service
- Bar à cocktails
- Flexibilité pour les curistes : choix dans la carte à chaque repas
- 100 couverts
- Wi-fi gratuit



Un espace spa et thalasso pensé pour un bien-être global

La thalasso Prévithal est un centre à taille humaine qui dispose de 24 cabines de soins à l'ambiance intimiste et relaxante. Le personnel bienveillant et professionnel n'a qu'un seul but : vous offrir une parenthèse de bien-être. Le centre dispose d'une salle de repos, d'un Espace d'hydrothérapie dédié aux soins de thalasso (bain d'algues, enveloppement, douche à jet...) et d'un Espace Spa dédié aux soins esthétiques (massage, soin corps et visage) associés aux produits cosmétiques Thalgo®. à la tisanerie, vous pourrez consommer des tisanes bio Thalgo® pour vous hydrater.

L'Espace Marin

10 ateliers Aquatiques pour un moment d'intense relâchement. Face à la mer, et baigné de lumière naturelle, notre parcours aquatique en eau de mer chauffée à 32°C, masse, détend, tonifie, soulage les articulations, et améliore la circulation sanguine. Un sauna et hammam complètent cet espace de détente.

Accessible tous les jours, de 9h30 à 21h30 pour les clients hébergés à l'hôtel.

L'Espace Thalasso & Spa en résumé

- Vue Mer Terrasse
- Sauna & hammam
- Soins thalasso & esthétique
- Massages
- Salle cardio & musculation
- Salle de repos
- Tisanerie



