



RELAIS THALASSO

- BÉNODET - PORNICHET | BAIE DE LA BAULE - ÎLE DE RÉ -



**LA MER
PREND SOIN
DE VOUS**

OFFRES SPÉCIALES 2026

LOISIRS

ASSOCIATION
DU PERSONNEL
DE LA BnF

NOS SPOTS BIEN-ÊTRE FACE À L'OcéAN



“

RELAIS THALASSO,
DES LIEUX
D'EXCEPTION,
POUR LÂCHER PRISE
EN LARGUANT
LES AMARRES...



RELAIS THALASSO BÉNODET

HÔTEL LE KASTEL***
& SPA MARIN

Le RELAIS THALASSO Bénodet rayonne fièrement face à la mer, au cœur de la Cornouaille.

Ici, en Bretagne sud, le berceau originel de la thalassothérapie, vous avez rendez-vous avec la pleine forme aux sources du bien-être...



RELAIS THALASSO ÎLE DE RÉ

HÔTEL ATALANTE****
& SPA MARIN

Le RELAIS THALASSO Île de Ré, première thalasso écoresponsable de France, est un paradis au paradis.

On y vient pour se détendre, se faire du bien et se régaler. Véritable lieu de partage et de déconnexion, les équipes chaleureuses et bienveillantes feront de votre séjour une plongée dans l'océan du bien-être.



RELAIS THALASSO PORNICHET

HÔTEL CHÂTEAU DES
TOURELLES**** & SPA MARIN

Le RELAIS THALASSO Pornichet | Baie de la Baule est un lieu historique, magique, avec accès direct à l'océan.

Symbole de l'avènement des bains de mer, il crée une nouvelle expérience thalasso dans une charmante station balnéaire.



RÉNOVATION EN 2026

RELAIS THALASSO HENDAYE

HÔTEL SERGE BLANCO****
& SPA MARIN

Un vent de nouveauté souffle sur notre destination basque.

Après l'Île de Ré, le tour est venu de faire peau neuve de l'hôtel Serge Blanco et de notre centre de thalasso, afin de vous offrir le meilleur des RELAIS THALASSO. Réouverture en 2027.



Réservez-vous même
votre séjour au grès de
vos envies et de vos
disponibilités

NOS COFFRETS
BIEN-ÊTRE MARIN

SPÉCIALEMENT
CONÇUS À
VOTRE ATTENTION

Des tarifs exclusifs réservés



MISE EN PLACE SIMPLE ET RAPIDE

Les coffrets sont réalisés sur demande, ils sont fabriqués et livrés sous quinzaine au format papier par Relais Thalasso.

La version digitalisée est envoyée sous 48h par mail. Paiement par carte bancaire ou par chèque à l'ordre de l'APBnF accompagné du formulaire de réservation à déposer aux permanences billetteries, espace médiathèque, de 12h15 à 14h le mardi, jeudi et vendredi.

TARIFICATION UNIQUE

Tarification unique quel que soit l'établissement Relais Thalasso.

Tarifs valables jusqu'au 25 décembre 2026.

VALIDITE 1 AN

À compter de la date de réception.

Selon disponibilités

Hors ponts et événements spéciaux.

Hors périodes du 24/12/25 au 01/01/26 et du 01/08/26 au 29/08/26.

PRESTATIONS DÉTAILLÉS

Différentes d'une destination à l'autre, en fonction des spécificités de chaque hôtel thalasso choisi.



NOS COFFRETS SÉJOURS IODÉS

2 JOURS | 1 NUIT

NOUVEAUTÉ 2026

COFFRETS SÉJOURS IODÉS

DU DIMANCHE AU JEUDI INCLUS

FORMULE SOLO

289€

FORMULE DUO

189€ par pers.



À BÉNODET

HÔTEL KASTEL***

2 JOURS | 1 NUIT

1 SOIN INDIVIDUEL

- 1 nuit en chambre double «LATÉRALE MER»
- 1 petit déjeuner
- 1 massage de 20 minutes au choix parmi :
 - relaxant
 - facial et cuir chevelu
 - décontractant du dos
 - réflexe détente des pieds
- accès libre au spa marin

À L'ÎLE DE RÉ

HÔTEL ATALANTE****

2 JOURS | 1 NUIT

1 SOIN INDIVIDUEL

- 1 nuit en chambre double Classique vignes
- 1 petit déjeuner
- 1 massage de 20 minutes au choix parmi :
 - relaxant
 - réflexe détente des pieds
 - visage
 - visage drainant
- accès libre au spa marin

À PORNICHET | BAIE DE LA BAULE

HÔTEL CHÂTEAU DES TOURELLES****

2 JOURS | 1 NUIT

1 SOIN INDIVIDUEL

- 1 nuit en chambre double Confort
- 1 buffet petit déjeuner
- 1 massage de 20 minutes au choix parmi :
 - « sur-mesure » des Tourelles
 - détente du dos
 - détente des pieds
 - détente du visage et cuir chevelu
- accès libre au spa marin et fitness

“

UN SOUFFLE D'IODE,
UN VENT DE BIEN-ÊTRE :
PLONGEZ DANS LES
BIENFAITS DE LA MER.



NOS COFFRETS GRAND LARGE

2 JOURS | 1 NUIT



“

AUX RELAIS THALASSO,
NOUS METTONS TOUT
EN ŒUVRE POUR QUE
NOS CLIENTS SE SENTENT
BIEN CHEZ NOUS
ET QU'ILS AIENT ENVIE
DE REVENIR.



COFFRETS GRAND LARGE

FORMULE SOLO

SEMAINE : 399€

WEEK-END : 526€

FORMULE DUO

SEMAINE : 299€ par pers.

WEEK-END : 359€ par pers.



À BÉNODET

HÔTEL KASTEL***

2 JOURS | 1 NUIT

3 SOINS INDIVIDUELS THALASSO

- 1 nuit en chambre double «FACE MER»
- 1 petit déjeuner
- 1 dîner (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1 MASSAGE BREIZIFORMIEN (50 MIN)
- 2 soins individuels dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® :
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 bain marin reminéralisant ou lit hydromassant
- 1 soin collectif : aqua-activité
- accès libre au spa marin

À ÎLE DE RÉ

HÔTEL ATALANTE****

2 JOURS | 1 NUIT

3 SOINS INDIVIDUELS DE THALASSO

- 1 nuit en chambre double Premium côté vignes
- 1 petit déjeuner
- 1 menu du marché (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1 massage sous pluie marine (15 min)
- 2 soins individuels dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® :
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 bain marin reminéralisant
- accès libre au spa marin

À PORNICHET | BAIE DE LA BAULE

HÔTEL CHÂTEAU DES TOURELLES****

2 JOURS | 1 NUIT

3 SOINS INDIVIDUELS DE THALASSO

- 1 nuit en chambre double Confort
- 1 buffet petit déjeuner
- 1 menu des Tourelles (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1 rituel du corps dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® (75') :
 - 1 massage relaxant
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 bain marin reminéralisant
- accès libre au spa marin et fitness

NOS COFFRETS SÉJOURS MARINS

3 JOURS | 2 NUITS



COFFRETS SÉJOURS MARINS

FORMULE SOLO	FORMULE DUO
SEMAINE : 614€	SEMAINE : 420€ par pers.
WEEK-END : 729€	WEEK-END : 520€ par pers.

À BÉNODET

HÔTEL KASTEL***

3 JOURS | 2 NUITS

6 SOINS INDIVIDUELS THALASSO

- 2 nuits en chambre double «FACE MER»
- 2 petits déjeuners
- 2 dîners (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 6 soins individuels dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® :
 - 1 massage sous pluie marine (15 min)
 - 1 massage relaxant (20 min)
 - 2 enveloppements d'algues
 - 2 bains marins reminéralisants ou lits hydromassants
- accès libre au spa marin

À L'ÎLE DE RÉ

HÔTEL ATALANTE****

3 JOURS | 2 NUITS

5 SOINS INDIVIDUELS THALASSO

- 2 nuits en chambre double Classique vignes
- 2 petits déjeuners
- 2 menus du marché (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1/2 journée de vélo
- 1 massage relaxant ou un soin visage (20 min)
- 3 soins dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® :
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 bain marin reminéralisant
 - 1 jet marin massant
- 1 lit hydromassant
- accès libre au spa marin

À PORNICHET | BAIE DE LA BAULE

HÔTEL CHÂTEAU DES TOURELLES****

3 JOURS | 2 NUITS | 4 SOINS INDIVIDUELS THALASSO

- 2 nuits en chambre double Confort
- 2 buffets petits déjeuners
- 2 menus des Tourelles (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1/2 journée de vélo
- 1 rituel du corps dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® (90') :
 - 1 massage relaxant
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 gommage
 - 1 bain marin reminéralisant
- accès libre au spa marin et fitness



NOS COFFRETS SÉJOURS EXPERTS

3 JOURS | 2 NUITS



“

PENSÉS COMME DES EXPÉRIENCES GLOBALES ET NOVATRICES, NOS SÉJOURS EXPERTS ASSOCIENT LES BIENFAITS RECONNUS DES SOINS DE THALASSOTHÉRAPIE À DES SOINS EXPERTS ISSUS DE TECHNOLOGIES INNOVANTES À L'EFFICACITÉ DÉMONTRÉE SCIENTIFIQUEMENT.

DEUX ORIENTATIONS VOUS SERONT PROPOSÉES AU MOMENT DE LA RÉSERVATION :

- QUALITÉ DU SOMMEIL
- ANTISTRESS & RELAXATION

NOUVEAUTÉ 2026



COFFRETS SÉJOURS EXPERTS

FORMULE SOLO

SEMAINE : 749€

WEEK-END : 998€

FORMULE DUO

SEMAINE : 598€ par pers.

WEEK-END : 729€ par pers.

À BÉNODET

HÔTEL KASTEL***

3 JOURS | 2 NUITS

4 SOINS INDIVIDUELS THALASSO
+ 3 SOINS ISSUS DE NOUVELLES TECHNOLOGIES

- 2 nuits en chambre double «FACE MER PRIMILÈGE»
- 2 petits déjeuners
- 2 dîners (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 4 soins individuels dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® :
 - 1 gommage corps (20 min)
 - 1 massage relaxant (20 min)
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 bain marin reminéralisant ou lit hydromassants
- 3 soins issus de technologies innovantes : Dryfloat, Stendo et iDôme
- accès libre au spa marin

À I'ÎLE DE RÉ

HÔTEL ATALANTE****

3 JOURS | 2 NUITS

4 SOINS INDIVIDUELS THALASSO
+ 3 SOINS ISSUS DE NOUVELLES TECHNOLOGIES

- 2 nuits en chambre double Premium côté vignes
- 2 petits déjeuners
- 2 menus du marché (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1/2 journée de vélo
- 2 soins individuels dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® :
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 bain marin reminéralisant
- 1 gommage corps (20 min)
- 1 massage relaxant (20 min)
- 3 soins issus de technologies innovantes : Dryfloat, Stendo et iDôme
- accès libre au spa marin

À PORNICHET | BAIE DE LA BAULE

HÔTEL CHÂTEAU DES TOURELLES****

3 JOURS | 2 NUITS | 4 SOINS INDIVIDUELS THALASSO
+ 3 SOINS ISSUS DE NOUVELLES TECHNOLOGIES

- 2 nuits en chambre double Confort
- 2 buffets petits déjeuners
- 2 menus des Tourelles (entrée, plat, dessert – hors boissons)
- 1/2 journée de vélo
- 1 rituel du corps dans une SUITE DE SOINS RELAIS THALASSO® (90') :
 - 1 massage relaxant
 - 1 enveloppement d'algues
 - 1 gommage
 - 1 bain marin reminéralisant
- 3 soins issus de technologies innovantes : Dryfloat, Stendo et iDôme
- accès libre au spa marin et fitness

BULLES

LE TEMPS D'UNE JOURNÉE

NOS COFFRETS

BULLES THALASSO

JOURNÉES THALASSO DISPONIBLES SUR NOS TROIS DESTINATIONS



Bulle Détente

1 massage relaxant (20 min)

1 déjeuner*

Accès au spa marin

TARIF CSE SEMAINE : **92 €****

TARIF CSE WEEK-END : **103 €**

Bulle Thalasso

2 soins de thalasso

1 déjeuner*

Accès au spa marin

TARIF CSE SEMAINE : **129 €****

TARIF CSE WEEK-END : **149 €**

Bulle Beauté

1 soin visage Essentiel (50 min)

1 déjeuner*

Accès au spa marin

TARIF CSE SEMAINE : **149 €****

TARIF CSE WEEK-END : **169 €**

Bulle Spa

1 massage relaxant (50 min)

1 déjeuner*

Accès au spa marin

TARIF CSE SEMAINE : **149 €****

TARIF CSE WEEK-END : **169 €**

* La formule déjeuner du lundi au samedi diffère en fonction de l'établissement choisi. Pas de restauration le dimanche à Bénodet. Supplément pour le brunch du dimanche à Pornichet et à l'île de Ré à prévoir au moment de la réservation selon disponibilité.

** Tarifs semaine, valables du lundi au vendredi.

LES BIENFAITS DE LA THALASSO

SE FAIRE DU BIEN AUJOURD'HUI POUR ÊTRE MIEUX DEMAIN

LES 7 BIENFAITS DE LA THALASSO

- 1 REMISE EN FORME OPTIMALE
- 2 AMÉLIORATION DE LA FONCTION SANGUINE
- 3 ÉLIMINATION DES TOXINES FAVORISÉE
- 4 RESPIRATION OPTIMISÉE
- 5 ACTION POSITIVE SUR LES MUSCLES ET LES ARTICULATIONS
- 6 AMINCISSEMENT ET ÉCLAT DE LA PEAU
- 7 EFFET RÉGULATEUR SUR LE SOMMEIL

PETIT DICO DE LA THALASSO



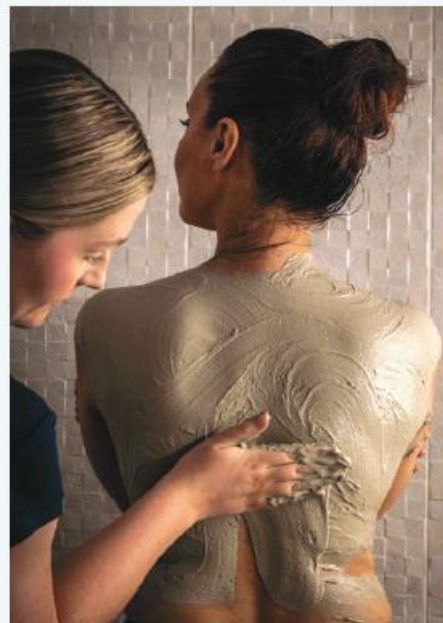
GOMMAGE CORPS

Il prépare la peau à recevoir dans les meilleures conditions tous les bienfaits de la thalassothérapie, indispensable pour libérer l'épiderme des cellules mortes et faciliter la régénération cellulaire.



BAIN MARIN REMINÉRALISANT

L'alliance des bienfaits d'un bain chaud et d'un massage en font un grand classique des soins d'eau de mer. Confortablement installé(e) dans une baignoire individuelle d'eau de mer chauffée entre 32° et 34°, bulles d'air et jets marins vous massent de la voûte plantaire à la nuque en passant par les lombaires. Reminéralisant et décontractant, ce soin stimule également la circulation sanguine. En 15 minutes, il apporte à votre organisme l'équivalent en oligoéléments de 8 heures d'immersion dans l'océan.



ENVELOPEMENT D'ALGUES

L'un des soins les plus reminéralisants de la thalassothérapie, il apporte à l'organisme tous les micronutriments dont il a besoin. Laminaires, fucus, spiruline... Les algues sont très riches en minéraux et en oligoéléments naturellement présents dans le corps humain. La crème d'algues est appliquée entre 35° et 37° pour régénérer en profondeur l'ensemble du corps.

MASSAGE SOUS PLUIE MARINE

Rituel phare des soins de thalassothérapie. Massage de l'arrière du corps aux manœuvres glissées et circulaires réalisé sous une douce pluie d'eau de mer chaude. Recharge l'organisme en minéraux et oligoéléments, active la circulation sanguine et lymphatique et procure une grande relaxation musculaire.



JET MARIN MASSANT

Un soin incontournable de la thalassothérapie. Massage général du corps en position debout réalisé à l'aide d'une douche horizontale d'eau de mer chauffée, à pression et température personnalisée. En suivant des tracés bien définis des zones réflexes. Il agit sur les tensions musculaires et favorise la circulation sanguine.





“

COMMENT VENIR À BÉNODET ?

En voiture :

voie express Nantes / Quimper
ou Rennes / Quimper

En train :

TGV par la ligne
Paris-Montparnasse / Quimper (3h30)
Navette à la gare de Quimper
tous les dimanches à 17h
avec retour le samedi à 13h

En avion :

aéroport de Quimper (20 km)

“

COMMENT VENIR À L'ÎLE DE RÉ ?

En voiture :

4h30 de Paris, 2h de Bordeaux
et 1h45 de Nantes

En train :

TGV par la ligne
Paris-Montparnasse / La Rochelle (2h45)
Gare à 20 minutes
Possibilité d'organisation de transfert à
partir de la gare, sur réservation

“

COMMENT VENIR À PORNICHET ?

En voiture :

de Paris par l'autoroute A11,
puis la départementale N165

En train :

TGV par la ligne
Paris-Montparnasse / Le Croisic
Gare de Pornichet (3h)
à 8 minutes en voiture

En avion :

aéroport Nantes Atlantique
(service de navettes jusqu'à Pornichet
NaVAirport sur réservation 7j/7)

