



Réflexologie faciale (Dien Chan) / Facial reflexology

NATACHA BELLEC	-	16, boulevard Deganne	+33(0)6 32 20 57 03	-	Toute l'année
----------------	---	-----------------------	---------------------	---	---------------

Remise en forme / Fitness

ARCACHON EN FORME	- Cours gratuits de tai-chi, yoga, footing, pilates, renforcement musculaire, marche aquatique (l'été), marche nordique (l'hiver). Tous les dimanches à 9h30. - Yoga et tai-chi, tous les samedis à 9h30. - Marche nordique : le mercredi à 9h30, départ devant le Tir au Vol (durée : 1h) : d'octobre à avril.	- Mai à septembre inclus, Plage Pereire (face à l'avenue du Parc Pereire) - D'octobre à avril, trois lieux selon les périodes : ▶ Plage Pereire (face à l'avenue du Parc Pereire) ▶ Les Mille potes (14, allée Bouillaud) ▶ Tir au Vol (9, avenue du Parc)	+33(0)5 57 52 97 97	www.arcachon.com	Toute l'année
CENTRAL GYM	Cours de gym collectifs et individuels sur demande.	1, boulevard Pierre Loti	+33(0)5 56 83 81 95 +33(0)6 84 11 05 65	-	Toute l'année
ESPACE KARISHMA	Espace massage bébé (Shantala) et yoga ayurvédique.	45, avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny	+33(0)5 57 15 87 70	institutadj@orange.fr	Toute l'année
MASSAGE INDONÉSISIEN	Studio massage et réflexologie.	25, avenue de la République	+33(0)6 78 75 74 26	www.studiomassage.net contact@studiomassage.net warda.fina2@gmail.com	Toute l'année
SALON DE BEAUTÉ DE LA VILLE D'HIVER	Salon de beauté du Dr Hauschka. Soins assurés par une bio-esthéticienne.	20, avenue Victor Hugo	+33(0)5 56 66 10 36	www.hotelvilledhiver.com contact@hotelvilledhiver.com	Toute l'année
TADJ	Bien-être et soins ayurvédiques.	84, cours Héricart de Thury	+33(0)5 57 15 63 93	institutadj@orange.fr	Toute l'année

Thalassothérapie / Thalassotherapy

THALAZUR	Soins de thalassothérapie, soins SPA et soins beauté. Piscine d'eau de mer chauffée à 32°, sauna, hammam... Centre rénové en 2016.	9, avenue du Parc	+33(0)5 57 72 06 66	www.thalazur.fr arcachon@thalazur.fr	Toute l'année
----------	--	-------------------	---------------------	---	---------------



IKKS
ARCACHON

IKKS WOMEN
3 RUE ROGER EXPERT
TEL. 05 57 16 24 67

IKKS MEN
11 COURS LAMARQUE
TEL. 05 57 52 46 55



Thalassothérapie & Spa entièrement rénovés

dans l'esprit du Bassin d'Arcachon et de ses traditionnels bains de mer...



■ **Parcours marin** ■

- > Piscine intérieure de 240 m² d'eau de mer à 32°
- > Piscine extérieure de 280 m² d'eau de mer
- > Hammam 2 salles
- > Sauna

■ **Soins** ■

- > Cabine de soins Duo avec jacuzzi privatif
- > Soins cosméceutiques SkinCeuticals et Thalgo
- > Cryothérapie corps entier Traitement par le froid

■ **Équipements** ■

- > Lits d'enveloppements d'algues flottants
- > Baignoires hydromassantes dernier cri
- > Hydrojets
- > Piscine de soins avec jets sous marins et Aquabike

10% de réduction
sur la prestation de votre choix

Voir conditions à l'accueil du centre. Non cumulable avec toute offre en cours. À réaliser en 2017.



www.thalazur.fr

Thalazur Arcachon

9, avenue du Parc - 33120 Arcachon
Tél. 05 57 72 06 66 - Fax 05 57 72 06 60