



LES NOUVEAUX SOINS DE VALDYS

Fort d'un savoir-faire unanimement reconnu, associé aux richesses de la mer et à des prestations toujours plus innovantes et performantes, Valdys développe son expertise dans ses centres de thalasso de Roscoff, Douarnenez, Baie de La Baule, et Saint Jean de Monts et propose deux nouveaux soins.



ZEN ET SOMMEIL

Sédentarité, rythme intensif, stress, insomnie, il devient difficile aujourd'hui de prendre soin de soi et de tenir la cadence.

Le programme Zen et Sommeil permet de retrouver un sommeil réparateur et apaiser les tensions du quotidien grâce aux soins thalasso pour une reminéralisation totale, des séances de sophro-relaxation pour apprendre à se retrouver, des massages stimulation des points énergétiques pour rééquilibrer l'organisme et enfin des modelages fleurs de Bach pour se relaxer et surmonter les états émotionnels néfastes.



Allée aux bienfaits de la cryothérapie et à une alimentation équilibrée, cette cure promet de retrouver plénitude et sérénité.

Le + Valdys : un réveil simulateur d'aube, un masque de sommeil, des huiles essentielles, un oreiller ergonomique.

OBJECTIF MINCEUR

Ce séjour est résolument tourné vers l'atteinte des objectifs, mincir et affiner sa silhouette efficacement et durablement !

Un diagnostic minutieux et complet pour cibler les besoins et zones du corps à traiter.

Au programme :

- l'alliance des soins minceur à des soins thalasso revitalisants et tonifiants : palper-rouler manuel (soin signature Valdys), soin LPG Endermologie corps, douches à jets massants, enveloppements drainants...
- des séances de coaching individuel et personnalisé défini en fonction des besoins spécifiques de chacun.

Le + Valdys : un livret de suivi personnalisé, un produit minceur offert, des ateliers bien-être.

www.thalasso.com

Roscoff et Douarnenez en Bretagne, Baie de La Baule en Loire Atlantique ou Saint Jean de Monts en Vendée : tous ces centres bénéficient d'un emplacement exceptionnel en bord de mer, dans des cadres enchanteurs.