

■ Le jardin de Ritsurin
 ■ The Ritsurin Garden

→ **VALDYS** Resort, Hôtel Thalasso & Spa, Saint-Jean-de-Monts, France **VALDYS** Resort, Thalasso Hotel & Spa, Saint-Jean-de-Monts, France

■ SE RETROUVER AU GRAND AIR

Le **Valdys** Resort Saint Jean de Monts se situe dans un environnement préservé, au cœur de la pinède, et proche de l'océan (plage à 300m). Vous y trouverez une des plus grandes piscines d'eau de mer de France, des espaces de détente, d'algotherapie et d'hydrothérapie.

Le cadre unique permet de proposer des enveloppements de boues marines naturelles de la Baie de Bourgneuf. Ces boues sont reconnues pour

leurs multiples effets à long terme : agissent sur les problèmes de peau, les rhumatismes, captent les toxines, sont sources de vitamines ...

■ Quelques nouveautés et séjours exclusifs :

Détox avec le « Séjour jeûne alternatif »

La qualité des soins de thalassothérapie est combinée à des actions plus profondes comme le massage chinois du ventre Chi Nei Tsang. Ce séjour comprend une consultation avec la diététicienne pour per-

■ A BREATH OF FRESH AIR

The **Valdys** Resort Saint Jean de Monts sits in a protected setting, in the heart of the pine forest and near the ocean, just 300m from the beach. It boasts one of France's largest saltwater swimming pools, relaxation areas, algotherapy and hydrotherapy.

This unique setting allows the spa to offer natural marine mud wraps. The mud from Bourgneuf bay is well-known for its multiple long-term effects:

- Une des plus grandes piscines d'eau de mer de France
- One of France's largest saltwater swimming pools.





→ sonnaliser le régime alimentaire. Idéal pour drainer l'organisme et se ressourcer, améliorer les soucis digestifs et la qualité du sommeil.

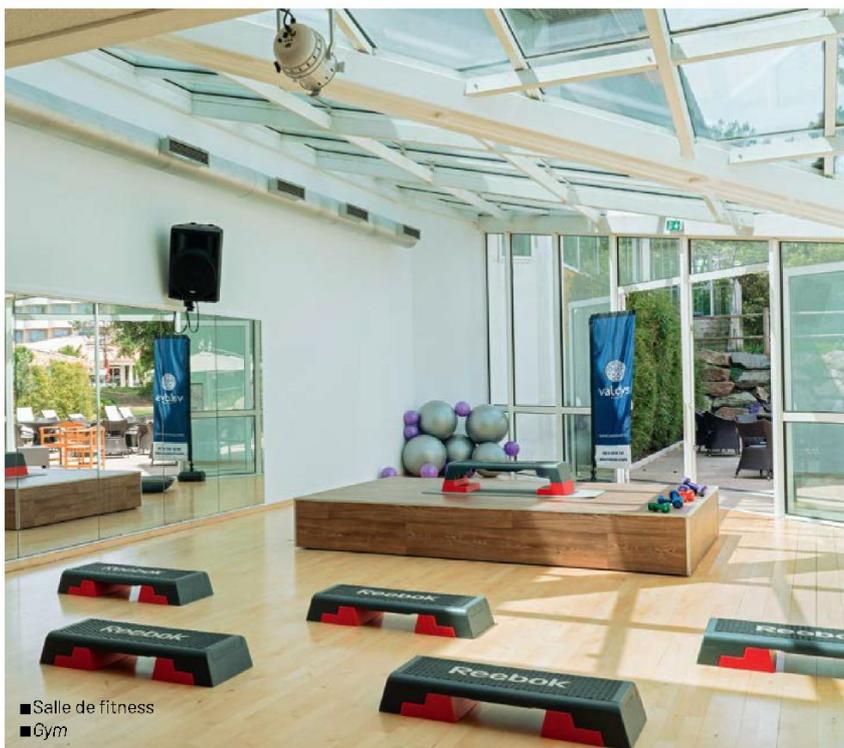
**Remonter la pente après un burn-out :
Séjour « Burn Out »**

Pour les personnes en état d'épuisement physique, psychologique et émotionnel. Maître-mot de cette cure : la douceur. Un programme holistique adapté, des prises en charge sur mesure avec des séances individuelles de lâcher prise, de coaching sportif, mais également des soins de thalassothérapie pour se relaxer et se reminéraliser.

it tackles skin problems and rheumatism, traps toxins and is a source of vitamins.

New additions and exclusive packages

Detox with the "Alternative Fasting Package" The high-quality thalassotherapy treatments are combined with deeper actions such as Chi Nei Tsang (Chinese abdominal massage). This package includes a consultation with a dietician to personalise your diet. Ideal for draining the body and recharging your batteries, solving any digestive issues and improving sleep quality. →



■ Salle de fitness
■ Gym



■ Bain hydromassant
■ Hydromassage bath





JAPON

► **Pour les sportifs : le « Séjour Golf »**

Une offre complète alliant sport et loisir. En plus des soins traditionnels, vous aurez accès à des soins pour libérer les tensions, une séance d'ostéopathie, un coaching sportif individuel, un atelier « dos et postures », une leçon de golf et deux demi-journées de golf (parcours 18 trous).

Séjour « Réponse Diabète » : exclusif et inédit en France

Le seul établissement de thalassothérapie en France à proposer un séjour spécial diabète, conçu par des professionnels de santé, basé sur le rééquilibrage alimentaire, la stimulation de la circulation et la reminéralisation de l'organisme. L'accompagnement est personnalisé par une experte en diététique. Le plus de ce séjour : un livret diététique vous sera remis.

Valdys Resort Saint-Jean-de-Monts
 12 avenue des Pays de Monts
 85160 Saint-Jean-de-Monts
thalasso.com/destination/saint-jean-de-monts

- Soin duo
- Couples' treatment



Get back on track after burnout: "Burn Out" package

For people suffering from physical, psychological or emotional burnout. The key to this package is comfort. A holistic programme of tailored treatments with individual relaxation and sports coaching sessions, plus thalassotherapy treatments to relax and remineralise the body.

For sports fans: "Golf" package

A complete offer that combines sport and leisure. In addition to the traditional treatments, this package includes treatments to release tension, an osteopathy session, individual sports coaching, a "back and posture" workshop, a golf lesson and two half-day green fees (18-hole course).

"Diabetes Response" package: new and exclusive in France

The only thalassotherapy establishment in France to offer a special package for diabetics, designed by healthcare professionals and based on rebalancing the diet, boosting the circulation and remineralising the body. It includes personalised advice from an expert in nutrition. Added bonus: guests are given a free diet booklet.

- Suite Exception avec jacuzzi privatif
- "Exception Suite" with its private jacuzzi

