



Urban SPA
By THALGO

LA BEAUTE MARINE

Radisson BLU
ROUEN CENTRE

ENGAGÉ POUR UNE BEAUTÉ SÛRE ET UNE MER PLUS BELLE



UNE COSMÉTIQUE
toujours plus naturelle



UNE MER
toujours plus préservée



DES PACKS
toujours plus éco-conçus



Urban SPA

By THALGO

LA BEAUTE MARINE



FABRICATION FRANÇAISE
qui minimise son impact



DES ÉCO-GESTES
à réaliser tous au quotidien



THALGO
LA BEAUTÉ MARINE
Mécène de la
FONDATION
DE LA MER



L'espace bien-être

Un espace de 150 m² dédié au bien-être et au plaisir des sens, l'espace est composé d'un sauna, d'un hammam, d'une douche sensorielle, d'un espace relaxation et d'un espace fitness.

L'espace bien-être est ouvert tous les jours de 8h00 à 20h00

**Tarif accès bien-être pour les clients extérieurs :
35€ les 2 heures**



L'espace tisanerie

Dans cet espace, détendez-vous avant ou après vos soins.

Musique douce, thé, eau détox sont à votre disposition.



L'espace sauna

BESOIN DE FAIRE UNE PAUSE, DE SOUFFLER UN INSTANT ?

Offrez-vous une parenthèse de bien-être dans l'atmosphère apaisante de notre sauna traditionnel. Véritable allié détente, le sauna procure des bienfaits purifiants et relaxants. Il aide à libérer les tensions, évacuer le stress et éliminer les toxines accumulées au quotidien.

Plus qu'un simple moment de chaleur, une séance de sauna est une expérience régénérante, un voyage sensoriel qui revitalise aussi bien le corps que l'esprit.



L'espace Hammam

Plongez dans une bulle de chaleur enveloppante et laissez la vapeur parfumée détendre votre corps et votre esprit. Le hammam, avec son atmosphère douce et humide, **libère les tensions, nettoie la peau en profondeur et stimule la circulation.**

| Pour prolonger ses bienfaits, offrez-vous le rituel traditionnel :
Gant Kessa et gommage purifiant / 25€ le kit



Douche sensorielle

Prolongez votre moment de détente grâce à une expérience sensorielle unique. Par un jeu harmonieux de lumières (chromothérapie), de jets d'eau à température variable, de musiques apaisantes et de parfums délicats (aromathérapie), cette douche éveille les sens, équilibre les émotions et réduit le stress.

Un véritable voyage sensoriel, pensé pour améliorer l'humeur, favoriser le sommeil et apaiser l'esprit.



L'espace fitness

Un espace lumineux et apaisant, pensé pour vous offrir une parenthèse sportive à tout moment de la journée. Notre salle est équipée d'un mur de fitness multifonction, d'un rameur à résistance à eau, d'un tapis de course sans moteur et d'un vélo à entraînement cardio intensif.

L'espace fitness est ouvert tous les jours, 24h/24.

Espace beauté

Faites confiance à notre équipe expérimentée, qui met tout son savoir-faire en soins du visage et du corps à votre disposition, avec le soutien de la marque Thalgo.

L'espace soin est ouvert tous les jours sur rendez-vous de 10h00 à 19h00.



Les rituels

RITUEL POLYNÉSIA*

90 min

120€

■ Évasion sensorielle sur les îles paradisiaques du Pacifique...

Évadez-vous le temps d'un rituel, et découvrez, d'escale en escale, les richesses inestimables de la Polynésie : atolls sauvages aux paysages idylliques, rituels ancestraux, faune marine protégée... Une sensation de détente et d'évasion vous envahit.

Gommage des îles suivi d'un modelage délassant inspiré du Lomi-Lomi.

RITUEL MER DES INDES*

90 min

120€

■ Délassez-vous le temps d'un voyage sensoriel en Mer des Indes...

Inspiré de l'Ayurvédâ et de la science des Marmas, ce rituel délie les points de tension liés au stress du quotidien. Profitez du pouvoir nourrissant de l'algue rouge indienne, associé aux bienfaits rééquilibrants des huiles essentielles ayurvédiques, pour retrouver l'harmonie du corps et de l'esprit.

Gommage exfoliant au gingembre & massage rééquilibrant à l'huile de sésame et aux huiles essentielles utilisées en Ayurvédâ.

RITUEL FRENCH RIVIERA*

90 min

120€

■ Ressourcez-vous dans la plus belle calanque de la French Riviera...

Cigales, mer Méditerranée et roches blanches gorgées de soleil vous attendent afin de revitaliser votre corps et votre esprit avec un rituel inédit et exclusif.

Double modelage revitalisant associant manoeuvres fluides, profondes et enveloppantes et un galet chaud de méditerranée.

*Uniquement en cabine solo





Les rituels corps et visage

RITUEL FONDAMENTAL

110 min 160€

Alliance essentielle entre détente du corps et apaisement de l'esprit.
Profitez de l'expertise d'un [soin visage fondamental \(60 min\)](#), à choisir parmi : Source Marine, Cold Cream Marine ou Pureté Marine. Puis, détendez-vous avec un [massage Californien \(50 min\)](#) connu pour soulager les tensions et rééquilibrer l'esprit.
En solo ou en duo.

RITUEL SÉRÉNITÉ ÉCLAT

90 min 130€

Alliance du [massage Lomi-Lomi \(60 min\)](#) et d'un [soin visage \(30 min\)](#) au « Masque Shot Reminéralisant » ce rituel offre détente et évasion. Issu de la tradition polynésienne, ce massage utilise des manœuvres lentes et enveloppantes réalisées avec les mains et les avant-bras, procurant une détente absolue.
En solo ou en duo.

RITUEL ÉNERGIE ÉCLAT

90 min 130€

Alliance rééquilibrante du [massage ayurvédique \(50min\)](#) et d'un [soin visage éclat \(30min\)](#). Issu de la tradition indienne ayurvédique, au rythme de techniques intenses, de frictions et percussions, le corps et l'esprit retrouvent leur vitalité essentielle.
En solo ou en duo.

Les massages

MASSAGE LOMI LOMI

50 min **92€**

■ **Relaxant**

Ce massage traditionnel, issu de la culture polynésienne vous invite à un moment privilégié d'extrême sensorialité. En quelques secondes, tous vos sens sont sollicités par les notes suaves et envoûtantes des Fleurs de Frangipaniers. Des manœuvres lentes et puissantes, accomplies par les mains et les avant-bras procurent un sentiment de détente et d'évasion absolue.

MASSAGE LOMI LOMI

60 min **99€**

■ **Aux ballotins de sable chaud**

Ajoutez à votre Lomi Lomi la douce chaleur des ballotins de sable de Polynésie, pour un détente extrême.

MASSAGE FRENCH RIVIERA

60 min **99€**

■ **Au galet chauffant**

Double modelage combinant des manœuvres manuelles fluides, profondes et enveloppantes inspirées de la mer, à un galet auto-chauffant exclusif Thalgo pour rappeler la sensation d'un corps allongé sur une pierre gorgée de soleil.

Le corps est revitalisé, l'esprit profondément relaxé.



Les massages

MASSAGE CALIFORNIEN

50 min

92€

75 min

129€

■ Relaxant & Rééquilibrant

Ce massage ultra-relaxant venu de Californie soulage les tensions et rééquilibre l'esprit.

Effectué par effleurage et pressions glissées à l'huile chaude.

MASSAGE AYURVÉDIQUE

50 min

92€

■ Rééquilibrant & Harmonisant

Ce modelage énergétique, issu de la tradition indienne ayurvédique, rééquilibre l'énergie intérieure. Au rythme de techniques intenses, frictions, percussions, lissages profonds, joués sur une base d'huiles chaudes de bois précieux, le corps et l'esprit retrouvent leur vitalité essentielle.

MASSAGE RELAXANT MARIN

30 min

55€

■ Relaxant & Profond

Ciblé sur la détente du corps, ce modelage procure une véritable sensation de bien-être. Les 30 minutes inclut l'arrière du corps complet ou une zone ciblée au choix (dos, visage ou jambes).

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

30 min

55€

■ Anti-stress

Points de pression sur l'ensemble des pieds visant à harmoniser le corps et l'esprit.

Soulagent les douleurs et rééquilibrer les fonctions vitales.



Les massages sculptants

Le drainage vise à stimuler la circulation lymphatique et sanguine dans le corps et ainsi favoriser l'élimination des déchets et des toxines. Il agit sur les oedèmes, les ballonnements, la rétention d'eau, la cellulite mais aussi sur le système digestif, le transit et relance le métabolisme naturel du corps.

DRAINAGE LYMPHATIQUE

60 min

120€

Cure de
3 séances

345€

Cure de
5 séances

550€



Nos soins en duo

UN SOIN AU CHOIX PAR PERSONNE

50 min

2 pers.

184€

Massage Lomi Lomi, Ayurvédique ou Californien.

RITUEL FONDAMENTAL

110 min

2 pers.

300€

Alliance fondamentale de la détente du corps et de l'esprit. Expertise du [soin visage fondamental \(60 min\)](#) à choisir parmi : Source marine ; Cold Cream Marine ; Pureté Marine. Et, détente optimale avec le [massage Californien \(50 min\)](#), ce massage ultra-relaxant venu de Californie soulage les tensions et rééquilibre l'esprit.

RITUEL SÉRÉNITÉ ÉCLAT

90 min

2 pers.

250€

Alliance sérénité du [massage Lomi Lomi \(50 min\)](#) et d'un [soin visage éclat \(30 min\)](#) au « [masque Shot Reminéralisant](#) ». Massage traditionnel, issu de la culture polynésienne vous invite à moment d'évasion. Des manœuvres lentes et puissantes accomplies avec les mains et les avant-bras procurent un sentiment de détente et d'évasion absolue.

RITUEL ÉNERGIE ÉCLAT

90 min

2 pers.

250€

Alliance rééquilibrante du [massage Ayurvédique \(50 min\)](#) et d'un [soin visage éclat \(30 min\)](#) au « [masque Shot Booster d'Énergie](#) ». Issu de la tradition indienne ayurvédique, au rythme de techniques intenses, de friction, percussions, le corps et l'esprit retrouvent leur vitalité essentielle.

Soins experts anti-âge

SOIN EXCEPTION REDENSIFIANT

90 min

120€

- 1er Soin Lifting Marin, qui redessine l'ovale, redensifie la peau et comble les rides, grâce à la combinaison du complexe substitutif marin breveté et du modelage exclusif Energilift, véritable lifting manuel. Le soin d'excellence Anti-Âge chez Thalgo.

LE KOBIDO

45 min

85€

- Surnommé le lifting naturel japonais, le modelage Kobido est un massage ancestral pratiqué principalement sur le visage. Ses effets sont tels qu'il offre une seconde jeunesse à la peau du visage. Le visage retrouve son éclat et son rebondit.



Soins préventifs anti-âge

SOIN LISSANT DÉTOXIFIANT SPIRULINE BOOST

60 min

89€



Soin détoxifiant pour les peaux citadines, enrichi en Spiruline et boosté en magnésium marin pour défatiguer les traits, retrouver un teint frais, et lisser les premières rides.

SOIN COMBLEUR HYALU-PROCOLLAGÈNE

60 min

99€



Soin ride à ride associant acide hyaluronique & pro-collagène marin aux Rollers Boosters, pour une efficacité visible, dès le 1er soin. Instantanément, le visage paraît plus jeune, comme décrispé, et les rides même installées semblent lissées.

SOIN SILLICIUM LIFT

60 min

99€



1er soin professionnel inspiré du « face fitness » pour raffermir la peau, combler les rides et rafraîchir le teint.

Soins du visage



■
Source Marine
Hydratation - éclat

■
Cold Cream Marine
Nutrition - Apaisement

■
Pureté Marine
Pureté - Matité

SOIN FONDAMENTAL DE LA MER

60min 84€

- La force vitale des Océans concentrée au cœur d'un soin sur-mesure, pour répondre aux besoins spécifiques de chaque nature de peau. Produits professionnels signature performants, modelage sensoriel et relaxant se déclinant en plusieurs rituels correctifs:
 - **Hydratation** • **Nutrition** • **Pureté** • **Apaisement**

SOIN MARIN AUX 3 ALGUES

60min 84€

- Ce soin est l'essence même du brevet d'Algues Micro-éclatées Thalgo qui revitalise et reminéralise la peau par la richesse des éléments marins. Véritable détoxifiant pour la peau grâce à son masque aux 3 algues, il est idéal de le réaliser ce soin à chaque changement de saison.



Nos soins « for men »

SOIN VISAGE OCÉAN AU MASCULIN

60min

84€

- **Objectif Hydratation, Nutrition, Anti-irritation ou Pureté,** ce soin apporte une solution surmesure aux peaux masculines. Enrichi en extrait d'Algue Bleue Vitale, complexe énergisant cellulaire, et fort de son massage décontractant, ce soin traite tous les besoins des hommes. La peau est dynamisée, parfaitement équilibrée.

MASSAGE SENSATION MARINE

50min

92€

- **Massage relaxant, de la tête aux pieds.** Construit autour de la mer, il s'inspire de ses mouvements... L'alternance de manœuvres douces et profondes libère le corps de ses tensions et relaxe profondément.



THALGO
SPA

MER DES INDES

PATE EXFOLIANTE AU GINGEMBRE
GINGER EXFOLIATING SCRUB



e 270 g Net Wt. 9.52 oz

GINGER + AMBER
SANDALWOOD

Gommages corporels

Le saviez-vous ?

Le gommage est conseillé avant les soins. Il prépare la peau à accueillir les huiles, sels minéraux et oligo-éléments contenus dans nos préparations de soins.

Bar à gommage

Le gommage permet de faire « peau nette » en éliminant les cellules mortes qui étouffent l'épiderme. Il affine le grain de peau et stimule le renouvellement cellulaire. Il révèle ainsi l'éclat de la peau, la rend douce et lisse au toucher.

Conseil utile

Pensez à votre maillot de bain 2 pièces pour faciliter le retrait du gommage.

GOMMAGE POLYNÉSIA

30min

45€

- Sable de Bora-Bora, Sel Marin, Coques de Coco s'associent à un trio d'huiles végétales précieuses et à la Vanille de Tahiti, pour exfolier le corps en douceur, sublimer et parfumer délicatement la peau.

GOMMAGE MER DES INDES

30min

45€

- Gommage mer des indes : Gommage au Gingembre - parfumée de notes Santal ambré, la peau est veloutée et éclatante.

GOMMAGE SPA MARIN

30min

45€

- Un pur moment de fraîcheur, ce granité exfoliant et revitalisant associant extrait d'Algues Micro-Eclatées, billes de cellulose et bambou exfolie et lisse le grain de peau tout en lui apportant les minéraux et oligo-éléments indispensables à sa vitalité.

Les offres spéciales

URBAN DAY & SPA EN DUO

2 pers. 246€

■ Détente et bien-être

- Un massage ou soin du visage de 50 minutes au choix par personne en duo :
 - Lomi Lomi
 - Californien
 - Ayurvédique
 - Soin du visage fondamental
- Un déjeuner pour 2 personnes dans notre restaurant « Le Jehanne » sur un menu surprise élaboré par notre chef (hors boissons et non disponible le dimanche.)





FORFAIT « ENTRE COPINES »

2 h

3 à 6 pers. 185€*

■ Enterrement vie de jeune fille ■ Anniversaire

- 2h d'accès à l'espace bien-être
- 1 modelage marin « A la carte » (30 min) ou un soin visage éclat (30 min) pour l'heureuse élue
- 1 coupe de champagne par personne & mignardises au bar de l'hôtel
- Réduction de 10% sur les produits de la boutique pour chaque participante

**A partir de 185€ pour 3 personnes. Tarif sur demande pour participante supplémentaire.*

FORFAIT « APÉRITIF & SPA ENTRE AMIS »

2 h

4 pers.

200€

- 2h d'accès à l'espace bien-être
- 1 gant kessa et une dose de gommage par personne
- 1 coupe de champagne par personne et une planche de charcuterie à partager





PROLONGEZ LE PLAISIR AU RESTAURANT LE JEHANNE : AUTHENTIQUE, LOCAL & FRAIS !

Le restaurant Le Jehanne vous séduira grâce à sa **cuisine bistro-nomique et sa sélection de plats authentiques et raffinés**, préparés avec des produits frais et locaux.

**À TOUTE HEURE DE LA JOURNÉE,
NOTRE LOUNGE BAR VOUS INVITE
À LA DÉTENTE AVEC DES COCKTAILS
SOPHISTIQUÉS, DANS UNE ATMOSPHÈRE
COSY ET CHALEUREUSE.**

Venez profiter d'un **moment de convivialité** dans un **cadre raffiné**, teinté d'une pointe de charme historique grâce à la vue imprenable sur Le Donjon Jeanne d'Arc.

En été, **la terrasse** vous accueille pour profiter du soleil le temps d'un repas entre amis, entre collègues ou en famille.

Notre boutique Spa

La Boutique Spa se trouve à l'accueil de l'Espace Bien-Être. N'hésitez pas à demander à nos hôtes pour y accéder.

Nous avons sélectionné en exclusivité pour vous la marque Thalgo La Beauté Marine. Fort d'une expérience de plus de 50 ans en soins de la peau, Thalgo, expert incontesté en Intelligence Marine, explore les océans pour en extraire des molécules actives aux pouvoirs régénérants, hydratant, stimulant, nourrissant... inégalés.

Chaque soin Thalgo, véritable concentré d'efficacité marine, est créé selon des exigences de performance et de sécurité très strictes, pour offrir à chacun l'excellence professionnelle.

Venez découvrir notre gamme de produits de soins corps, visage et bien-être.

VOUS SOUHAITEZ OFFRIR UN PRODUIT, UN SOIN OU UN COFFRET ? Pensez aux bons cadeaux !

www.radisson-blu-rouen.secretbox.fr

Carte cadeau

Vous voulez être certain de faire plaisir en offrant un moment cocooning ? Vous souhaitez laisser à votre proche la liberté de choisir le produit qui lui convient ?



**La carte Cadeau
« URBAN SPA by Thalgo »
est faite pour vous !**

Choisissez le montant qui vous convient et laissez votre « invité » faire son choix parmi de nombreux soins et produits irrésistibles.



THALGO
LA BEAUTÉ MARINE

CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTES

RÉSERVATION

Nous vous recommandons de réserver vos soins le plus tôt possible afin de vous garantir une réservation aux dates et horaires souhaités. Pour toute réservation de soin les week-ends, veilles et jours fériés, un accompagnement de 30 % sera demandé (par lien sécurisé). Pour vous procurer un service d'exception, la durée effective des soins comprend votre prise en charge (installation et services d'après soins).

ANNULATION

Pour toute modification ou annulation de votre rendez-vous, nous prions de bien vouloir nous en informer au moins 24h en avance en semaine ou 48h à l'avance le week-end. Dans le cas contraire, la prestation vous sera intégralement facturée ou le bon cadeau consommé.

PRENDRE SON TEMPS

Nous vous conseillons d'arriver au Spa au moins 15 minutes avant le début de votre soin, une arrivée tardive de votre part entraînera une diminution de la durée du soin. Ce dernier ne pourra en aucun cas être prolongé au-delà de l'heure convenue pour ne pas retarder les personnes suivantes, le prix du soin restera inchangé.

CADEAU

Offrez à un proche une invitation sensorielle, un voyage des sens dans cadre unique. Toutes nos invitations sont personnalisées et proposent à vos invités le privilège de choisir.

MASSAGE

Quand nous utilisons le mot massage dans notre carte de soins, il s'agit de techniques de bien-être et non de massages médicalisés ou de kinésithérapie.



VESTIAIRES

Nous vous recommandons de mettre vos effets personnels dans un des casiers fermés à votre disposition dans les vestiaires. La direction décline toute responsabilité et ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, vol ou déterioration d'objet personnel au sein du spa.

RÈGLES DE VIE DE L'URBAN SPA

Pour respecter la quiétude des lieux, nous vous demandons d'éteindre votre portable. Une douche est obligatoire avant d'utiliser notre hammam. Il est interdit de fumer ou de consommer de l'alcool au sein du Spa. L'entrée du Spa est interdite aux enfants de moins de 12 ans.

LINGE

Pour les clients extérieurs, un peignoir, une serviette et des tongs sont à votre disposition dans notre vestiaire avant d'accéder à notre espace « Forme et détente ». Ce linge est sous votre responsabilité. Pour les clients de l'hôtel, vous avez la possibilité de demander (en supplément) un kit Spa disposé dans votre chambre avant votre arrivée. Le kit vous est offert pour l'achat d'une prestation de soin.



+33 (0)2 77 64 57 57

**INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS
POSSIBLES EN LIGNE :**

www.urban-spa-rouen.com

spa.rouen@radissonblu.com

radisson-blu-rouen.secretbox.fr

Planity - Urban Spa by Thalgo



THALGO
LA BEAUTÉ MARINE
Mécène de la
**FONDATION
DE LA MER**

RADISSON BLU ROUEN CENTRE
6-8 rue du Donjon 76000 Rouen

radissonbluhotelrouencentre

