

Dossier de Presse 2016

MIRAMAR CROUESTY HÔTEL THALASSO & SPA... Un voyage au cœur de l'éco-système marin



Tout au bout de la presqu'île de Rhuy à l'entrée du Golfe du Morbihan, une Bretagne aux couleurs du sud, avec des plages de sable blond bordées de pins et un air au puissant parfum d'iode...

C'est là, au cœur de ce site privilégié, que le Miramar Crovesty Hôtel Thalasso & Spa a choisi d'ancrer son majestueux paquebot. Un univers de quiétude, tourné vers l'océan Atlantique et la nature, convivial et chaleureux, où l'on vient se reposer, se ressourcer, retrouver calme et sérénité... et s'offrir une vivifiante parenthèse de détente et de mieux-être.



Dominique Darrigade
Téléphone : 01 40 23 96 81
Portable : 06 07 82 97 08
Mail : contact@evasionrp.fr



Miramar Crovesty Hôtel Thalasso & Spa
Port du Crovesty,
Route du Petit Mont,
56640 Arzon
Téléphone : 02 97 53 49 00
Site web : www.miramarcrovesty.com

UN HÔTEL 5* Tourné vers l'Atlantique

Page 3

- ◆ 113 chambres Deluxe et suites redécorées
- ◆ Une Table Gastronomique & un Chef reconnu : Christian Bourhis
- ◆ Le Restaurant : Trois Univers
- ◆ Un bar avec une vue imprenable

Thalasso & Spa, un voyage au cœur du mieux-être

Page 6

- ◆ Le Spa Océanique
- ◆ Le Spa Expérience
- ◆ Le Spa Beauté
- ◆ **En Avant-Première mondiale** : la Spiruline marine fraîche cultivée en eau de mer
- ◆ **Nouveauté 2016** : pour retrouver tonus et vitalité, le court-séjour «Equilibre & Energie»
- ◆ **A la carte** : le programme «Privilège» - des soins personnalisés sur mesure

SÉJOURS THALASSO

- ◆ Longs séjours Thalasso - une « croisière aux bienfaits durables »
Séjour de 6 jours : Minceur, Anti-Age, Maman Bébé, Future Maman, ...
- ◆ Bienvenue aux familles : Cures «Future Maman» et «Maman & Bébé», nurserie

LE SPA : UN ESPACE DE DÉTENTE ET DE BIEN-ÊTRE

- ◆ Week-ends et courts séjours : Douceur, Bulle Océane, Absolue détente, Escapade Duo, Mère & Fille...

La presqu'île de Rhuy, un label 100% Breizh

Page 15

Informations pratiques

Page 17

UN HÔTEL 5* TOURNÉ VERS L'ATLANTIQUE

Élégance, évasion et bien-être

Solidement ancré sur les rivages de l'Atlantique, sur la presqu'île de Rhuy à Arzon, le Miramar Crouesty, membre de l'association Thalasso Bretagne, compte parmi les établissements les plus prestigieux de la région.

Le Miramar Crouesty Hôtel Thalasso & Spa vient de rejoindre le rang très convoité des hôtels 5 étoiles en France. Après d'importants travaux de rénovation et de décoration l'année dernière, cette distinction récompense l'engagement de toute une équipe et de son Directeur Sergio Tosati. Le Miramar Crouesty répond aujourd'hui aux attentes d'une clientèle française et internationale à la recherche de lieux d'exception.

Pour permettre à ses hôtes de « larguer les amarres » en toute liberté, ce luxueux complexe aux allures de paquebot posé sur son lac d'eau de mer réunit en ses ponts, hôtellerie luxueuse et soins d'excellence, dont certains avant-gardistes et exclusifs.

Et parce que rien n'est jamais trop beau pour ses passagers, ce lieu à l'architecture aussi originale qu'unique, devenu au fil des années un rendez-vous incontournable du mieux-être et de la « zen attitude », s'est offert une véritable cure de jouvence.

Pureté des volumes, luminosité de hautes baies vitrées ouvrant sur un panorama harmonieux, couleurs apaisantes, design chic... Dès la réception, la déconnexion est immédiate...et le charme opère...

113 CHAMBRES DELUXE ET SUITES REDÉCORÉES

Une atmosphère feutrée aux couleurs douces de blanc, nacre et ivoire

Les 100 chambres Deluxe et 13 suites tout juste rénovées sont un véritable havre de paix qui associent élégance et sophistication. Toutes tournées vers la mer, elles subliment des harmonies douces de blanc, nacre et ivoire ponctuées d'une petite touche de vert Céladon qui vient prolonger l'ambiance balnéaire. Spacieuses, de 25 à 80 m², raffinées et plus confortables que jamais, toutes s'offrent le luxe d'une belle terrasse privée avec panorama exceptionnel sur la presqu'île de Rhuy, au lever comme au coucher du soleil.

Le Miramar Crouesty Hôtel Thalasso & Spa offre le choix entre 5 catégories de chambres et suites, toutes jouissant d'une terrasse privative, d'un coffre-fort, d'un mini bar, d'une machine Nespresso, d'un plateau de courtoisie et d'un service en chambre 24h/24.

Le Wifi, la télévision par satellite avec large écran plat LCD et une station d'accueil pour lecteur MP3, Iphone 5 & 6 viennent ajouter la petite touche de Haute Technologie à cet écrin de raffinement.



UNE TABLE GASTRONOMIQUE & UN CHEF RECONNU : Christian BOURHIS

C'est sur le pont supérieur que l'on découvre une gastronomie authentique, raffinée et joyeuse, qui a su attirer et fidéliser une clientèle exigeante de l'hôtel ou de la région tant au déjeuner qu'au dîner.

Aux commandes, le Chef Christian BOURHIS, élu Maître Cuisinier de France en 2013, gage d'un prestigieux savoir-faire culinaire. Il a œuvré dans de grandes maisons comme le Sofitel à Quiberon, l'Hôtel Royal à Deauville, l'Hôtel Le Touessrok à l'île Maurice, le restaurant Crouzil à Plancoët, le restaurant Pierre à Paris, avant de rejoindre les fourneaux du Miramar Crouesty en 2000.

Il perpétue les valeurs de l'établissement, dans le respect des produits locaux et maîtrise parfaitement une vraie cuisine traditionnelle gastronomique qu'il travaille simplement pour ne pas les dénaturer. Avec une parfaite connaissance des cuissons qui fait toute la différence, il concocte une cuisine savoureuse qui privilégie poissons et légumes de proximité.

Il est très fier de ses fournisseurs de la Presqu'île de Rhuys et de Bretagne et cite avec plaisir la boulangerie Brunet de Port Navalo qui fournit le pain et les pains aux algues, Marion Couillaut-Eude et Emmanuel Bastilles qui lui fournissent les huîtres du Golfe, les palourdes et les bigorneaux, Gaec du Pardigo, producteur de légumes dans la commune voisine de Sarzeau, sans oublier Marie-Gabrielle Capodano qui a récemment breveté la spiruline marine et qui affine spécialement des huîtres qui se distinguent par leur magnifique couleur verte et leurs bienfaits sur l'organisme.



ATELIERS CUISINE ET PÂTISSERIE GRATUITS

Le Chef Christian Bourhis aime partager ses passions. Les dimanches soirs, le Chef convie ses hôtes au « Buffet du pêcheur » pour savourer des spécialités bretonnes.

Des **Ateliers Cuisine et pâtisserie**, très appréciés des clients, sont proposés sous la houlette du Chef et de la diététicienne.

Durant ces ateliers d'une heure, le Chef transmet sa passion pour la cuisine Bien-Être. Il explique tous les secrets des produits locaux, dévoile son savoir-faire sur la justesse des cuissons de la viande et sa maîtrise des différentes cuissons des poissons que ce soit à la plancha, à la vapeur ou en papillote.

Pour les ateliers pâtisserie, le Chef Pâtissier met l'accent sur les fruits de saison. La Bretagne est grand producteur de fraises, pommes, poires...Le Chef apprend la découpe des fruits et leur incorporation dans des recettes savoureuses. Dans le respect de la cuisine Bien-Être, les desserts sont préparés sans sucre ni gluten, on y apprend ainsi comment remplacer le sucre par d'autres édulcorants naturels tels la stévia ou le sirop d'agave..

ATELIERS DIÉTÉTIQUES

Corinne Ducaud, diététicienne nutritionniste du Miramar Crouesty anime des ateliers sous forme de questionnaire sur les Vrai/ Faux de la diététique. L'animation se poursuit avec une présentation des réponses donnant lieu à des explications détaillées aidant à reprendre de bonnes habitudes alimentaires. Les ateliers gratuits durent une heure et réunissent des groupes de 7 à 8 personnes.

LE RESTAURANT : TROIS UNIVERS



Le Ruban Bleu, pour commencer la journée...

Pour le petit-déjeuner et son délicieux buffet, rendez-vous au RUBAN BLEU. Même qualité, même sens du détail, dans un décor qui marie la chaleur des tons vanille, ivoire et ambre. L'ambiance y est contemporaine, la salle très lumineuse, grâce à ses larges baies vitrées, où jouent le matin les rayons du soleil...

Le buffet servi autour du show cooking où sont préparés omelettes et oeufs à la demande, propose une multitude de produits locaux, charcuterie, produits laitiers, desserts bretons, far et gâteaux...

Le Safran

Harmonie de bois blond et de tons cuivrés, ambiance marine, vue panoramique et lumière traversante pour le restaurant LE SAFRAN, savamment séparé en **trois espaces distincts**.

- **Côté Piscine**, un buffet Bien-Être avec salades inventives et verrines colorées est proposé tous les midis autour d'un écailler qui sert des fruits de mer. On a aussi le choix d'un plat chaud et un buffet de desserts gourmands. On peut aussi opter pour la carte Zénitude avec de grandes et savoureuses assiettes Terre et Mer ou le fameux burger Breizh à la tome de Rhuys.
- **Côté Ouest**, le Safran se consacre midi et soir à une cuisine Bien-Être, légère, gourmande et variée, où prédominent les produits de la mer. Chaque jour, deux menus sont proposés avec les produits de saison : Equilibre et Detox, ce dernier sans gluten, sans lactose et sans amidon.
- **Côté Est**, enfin, le Safran fait la part belle à une cuisine toujours inventive et gastronomique, avec entre autres des menus dégustation autour du homard (de fin mars à fin septembre) et de la coquille Saint Jacques (d'octobre à fin mars).

UN BAR AVEC UNE VUE IMPRENABLE

Sur le même pont que les restaurants, LE GOELAND, revisité et agrandi, fait face au large et offre cette lumière unique que capte l'espace. Tout incite à s'y détendre et profiter de cette vue unique et imprenable sur la mer à presque 180°.

Ambiance feutrée grâce au majestueux piano Steinway qui anime les soirées, les fauteuils moelleux aux tons d'or ou de vert bronze, sans oublier le bar en forme de proue de bateau, où s'alignent des bouteilles rares.

L'endroit privilégié pour se retrouver de 10 h à 23 h autour d'un cocktail, d'un café d'exception ou d'un onctueux chocolat chaud...

Un Tea-Time est servi en fin d'après-midi comprenant une boisson chaude + 3 pâtisseries pour 12 €.



THALASSO & SPA : UN VOYAGE AU CŒUR DU MIEUX-ÊTRE

Un espace revisité, spacieux et lumineux sur l'eau



Douches, bains, jets sous-marins, enveloppements d'algues et de boues, massages... Le Miramar Crouesty, un des pionniers de la thalassothérapie en France, offre à sa clientèle l'expertise d'une équipe d'une trentaine de professionnels qui dispensent, dans un site marin privilégié, la gamme complète des soins d'une thalassothérapie authentique grâce à l'utilisation à des fins thérapeutiques d'une eau de mer, puisée au large à plus de 300 m. Une eau filtrée, riche de ses vertus naturelles et des qualités de ses oligo-éléments. Seule modification: sa température portée à 34/37° degrés, qui permet aux principaux éléments minéraux et organiques (calcium, potassium, magnésium) de pénétrer dans l'organisme.

LA THALASSOTHÉRAPIE

Une décoration cosy et une ambiance cocooning qui fleurent bon l'air du large...

Au Pont inférieur, les 2 500 m² qui sont dédiés à la Thalasso et au Spa respirent eux aussi la clarté et l'espace. L'institut est un des rares à être totalement baigné de lumière naturelle.

Pour accueillir les curistes, il s'offre désormais une nouvelle réception au plafond joliment étoilé, aux courbes douces et dont les tons immaculés s'animent de touches toniques.

Relookés aussi, les vastes couloirs, les zones de repos qui favorisent une relaxation idéale. Embellies, les 45 confortables cabines avec pour la plupart d'entre elles, de vastes hublots s'ouvrant sur la nature environnante, donnent ainsi une dimension privilégiée aux soins dispensés.

LE SPA OCÉANIQUE

Propice à la détente, en proue de la thalasso, le Spa Océanique et son joli bassin d'eau de mer à 32°, tout en rondeur, propose son parcours (col de cygne, transats à bulles, jets massants etc.) pour relâcher les tensions et des transats moelleux où il fait bon se prélasser.

Le Spa Océanique est agrémenté d'un hammam de 16 m², orné de petites mosaïques aux tons bruns et aux reflets dorés avec une fontaine à glace et une douche norvégienne.

Enfin, le solarium extérieur et sa terrasse de teck permettent de goûter en toute tranquillité l'instant présent sur fond d'air tonifiant et d'embruns bénéfiques.

LE SPA EXPÉRIENCE

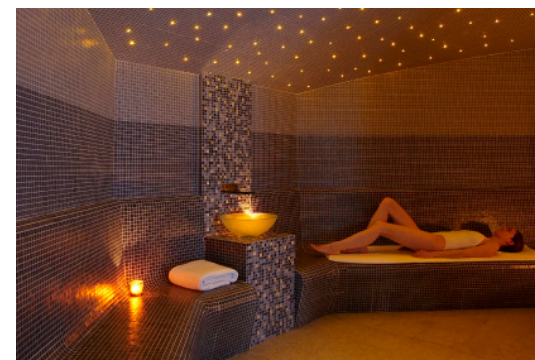
Quant au Spa Expérience, il offre une séquence multi-sensorielle de détente. Il invite à profiter de sa fontaine à glace et à se prélasser dans son hammam en forme circulaire aux camaïeux de violets, de framboises, sa voûte étoilée qui scintille avec des couleurs multiples, des vapeurs aux effluves d'eucalyptus aux propriétés apaisantes et décongestionnantes et sa cascade d'eau...

Autre escale exaltante et multi sensorielle : la Douche Expérience à vivre seul ou à deux !

Dans une douche parée de jolies mosaïques, se succèdent fraîcheur boréale, éveil du printemps, tempête tropicale, froid polaire et brise marine... Des senteurs subtiles d'huiles essentielles, de la brume, de la pluie, des cascades, de la fraîcheur ou de la chaleur, associées à des lumières bigarrées et à des sonorités appropriées...

LE SPA BEAUTÉ

Cet Espace consacré essentiellement au Bien-Être et à l'esthétique, propose une large gamme de soins, massages et modelages pour se ressourcer, se refaire une beauté et s'occuper de soi : soins du visage avec des marques prestigieuses telles - Thalgo et Skinceuticals , soins du corps, gommages, hydratation, enveloppements, hammam.... et également soins de beauté comme la manucure, pose de vernis et épilation...



EN AVANT-PREMIERE MONDIALE

LA SPIRULINE MARINE FRAÎCHE CULTIVÉE EN EAU DE MER

Véritable innovation de Santé et Bien-Être, en parfaite osmose avec la philosophie de la thalassothérapie, la Spiruline Marine fraîche est proposée en Avant-Première Mondiale au Miramar Crouesty.

Reconnue par le milieu médical comme véritable élixir de bien-être et pour son action anti-âge, la spiruline est un trésor de protéines, de vitamines, de minéraux et d'enzymes. Antioxydante et régénérante, la spiruline ralentit les effets du vieillissement. Ce produit naturel dynamise l'organisme en apportant du fer, des vitamines B ainsi que des acides aminés de renforcement musculaire.

Cultivée en eau de mer, la spiruline allie ses effets antioxydants aux bienfaits de l'eau marine riche en oligo-éléments.

SPIRULINE MARINE : 100 % BREZIH

Produite localement par Marie-Gabrielle Capodano, fondatrice et dirigeante de l'entreprise bretonne Spiru'breizh, basée à Sarzeau, la spiruline fraîche cultivée en eau de mer, est aujourd'hui unique. Adaptée et cultivée avec succès en eau de mer, ce process, aujourd'hui breveté, offre des vertus nourrissantes, revitalisantes, raffermissantes et antioxydantes.

www.spirubreizh.com

Au Miramar Crouesty, la Spiruline Marine fraîche s'impose cette année comme le fil rouge dans les programmes de soins. On la retrouve dans les soins esthétiques du visage, dans les enveloppements thalasso, intégrée à la crème d'algues et dans l'assiette en sucré ou en salé au restaurant.

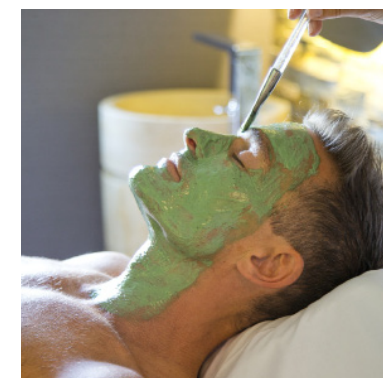
Spiruline marine à la carte: soin du visage (60 mn) 128 €, enveloppement du corps (30 mn) 71€ et booster à 7 €

Nouveauté 2016 : POUR SE REBOOSTER ET SE RESSOURCER...

Nouveauté 2016, la cure «Equilibre & Energie» invite à prendre soin de soi pour retrouver détente, équilibre et vitalité. Conçue pour évacuer le stress, anticiper l'épuisement professionnel et regagner tonus et dynamisme, cette escapade permet de retrouver bien-être et énergie.

Basé sur des soins exclusifs et innovants couplés avec les fondamentaux de la thalassothérapie, ce programme de 4 jours minimum, est encadré par une équipe d'experts en collaboration avec un médecin et une diététicienne. Avant, pendant et après la cure, un accompagnement thérapeutique est mis en place avec le médecin qui assure des soins adaptés et personnalisés à chaque client. La décontraction et la détente sont favorisées par des modelages et des séances de sophrologie et de relaxation. Pour un résultat encore plus probant, il est conseillé de compléter ce séjour par des séances d'acupuncture, de somato-psychopédagogie, d'ostéopathie, d'ostéopathie aquatique et des soins du laboratoire du Dr Roche.

Cure à partir de 1692 € par personne les 4 jours (17 soins) et 4 nuits en demi-pension en chambre double



Des soins à la carte et des programmes personnalisés

Le Miramar Crouesty Hôtel Thalasso & Spa a mis cette année l'accent sur les soins personnalisés et les cures sur mesure pour s'adapter à l'attente et aux souhaits d'une nouvelle clientèle.

LE CONCEPT À LA CARTE - PRIVILÈGE

Un programme où liberté et plaisir sont les maîtres mots.

Que ce soit pour une escapade Bien-Être ou pour découvrir la Thalassothérapie, le Programme « Privilège » permet de composer son séjour de remise en forme en choisissant 20 soins parmi une gamme de 37 soins dans les programmes proposés.

Imaginé pour combler toutes les envies et tous les besoins, il associe des soins essentiels de thalassothérapie (bain hydromassant aux essences marines, douche à affusion, enveloppement, etc.), des soins détente et évasion (Shirodhara, Balinais, Californien, etc.) et des soins exclusifs (modelage pierres chaudes, Thaï, etc.).

Un éventail de 37 soins proposés parmi lesquels on choisit les 20 soins, avec la possibilité de sélectionner plusieurs fois le même soin. Ce séjour rien que pour soi se programme 10 jours avant l'arrivée.

A partir de 2 490 € par personne, 6 nuits en demi-pension en chambre double.



12 soins Essentiels parmi :

- Bain hydromassant aux extraits d'algues laminaires ou Eau des Lagons (20mn)
- Bain bulles douceur de lait, bain rêve d'Himalaya ou bain relaxant à la cannelle (20mn)
- Douche sous-marine (20mn)
- Douche sous affusion (20mn)
- Douche dynamisante (15mn)
- Thalaxion (20mn)
- Pressothérapie (30mn)
- Enveloppement algues, silhouette, cire anti-âge, fondant, velours (30mn)
- Lit hydromassant (20mn)
- Modelage visage (30mn)
- Gommage Indocéane, Délicieux, Aquatique, Sensitive (30mn)

6 soins Détente-Évasion parmi :

- Modelage sous affusion (30mn)
- Soins minceur drainant (45mn)
- Shirodhara (1h)
- Californien (1h)
- Californien Suédois (1h)
- Abhyanga (1h)
- Shirotchampi (1h)
- Balinais (1h)
- Shiatsu (1h)
- Modelage Zen (1h)
- Kansu (1h)
- Tui Na (1h)
- Podo-réflexologie plantaire (45mn)
- Soins visage fondamental de la mer (1h)
- Relaxation marine (30mn)

2 soins Exclusifs parmi :

- Massage Odyssée (1h30)
- Massage Thaï (1h30)
- Modelage sous affusion à 4 mains (30mn)
- Modelage pierres chaudes (1h)
- Soins suprême anti-âge visage (1h30)
- Soins intensifs peau déshydratée (1h)
- Soins correcteurs anti-âge (1h)
- Soins éclat unifiant visage (1h)
- Soins perfecteurs homme visage (1h)
- Abhyanga harmonisation des 108 marmas ou minceur ou relaxant ou articulaire (1h30)

Longs séjours Thalasso - une « croisière aux bienfaits durables »

Une semaine est la durée idéale pour tirer tous les profits d'une cure et assurer à l'eau de mer un passage optimal des oligo-éléments et des minéraux au travers de la peau. Grâce à des soins sélectionnés avec les médecins de l'institut, elle permet une prise en charge globale et une synergie efficace au long cours, qui exploite tout le potentiel des lieux et les compétences d'une équipe d'experts. Elle permet aussi de renouer vraiment avec le désir et le plaisir de retrouver son corps...

REMISE EN FORME

Un grand classique, la cure **Remise en Forme**. Placée sous le signe du tonus et de la vitalité, elle vise à recharger les organismes fatigués et à soulager les douleurs dues au stress et à une mauvaise hygiène de vie. Au programme, des bains hydromassants aux essences marines, douches sous-marines et dynamisantes, piscine à jets, enveloppements aux algues...

A partir de 1 638 € par personne, 6 nuits en demi-pension en chambre double.

THALASSO & SPA

La version **Thalasso & Spa**, est un excellent compromis entre la Thalasso et le Spa qui mixte 18 soins sur 6 jours exclusivement individuels, incluant chaque jour un massage du monde différent d'une heure, pour procurer une détente totale.

A partir de 2 166 € par personne, 6 nuits en demi-pension en chambre double.

SILHOUETTE - MINCEUR

Avec le programme **Silhouette**, il s'agit d'affiner, remodeler, raffermir. Les soins ciblés s'accompagnent d'un suivi alimentaire personnalisé avec la diététicienne (et des conseils pour un retour à la maison réussi). Les menus Détox et Equilibre spécialement préparés par le Chef en collaboration avec la diététicienne assurent aux curistes de se régaler et de retrouver la ligne tout en se faisant plaisir !

A partir de 2 364 € en pension complète diététique (ce programme se décline en version 9 ou 12 jours et peut être complété d'un suivi coaching Silhouette).

ANTI-ÂGE : SKINCEUTICALS & SPIRULINE MARINE

Pour gommer teint brouillé et idées grises, lisser les traits, une cure à fleur de peau avec pour partenaire privilégié Skinceuticals, marque dermo-professionnelle spécialiste de l'anti-âge et la spiruline marine en avant-première mondiale au Miramar Crouesty.

Au diagnostic effectué avec un Skinscope, se succèdent un total de 17 soins. Corps et surtout visage sont l'objet de toutes les attentions. Des soins marins et relaxants complètent la cure.

A partir de 2 058 € par personne, 6 nuits en demi-pension en chambre double.



CURE PRASAMA

Nommée Prasama, qui signifie «Sérénité» en Sanskrit, cette cure est placée sous la zen attitude, la détente et la relaxation.

Conçue pour des personnes très actives, ce programme offre une plage de plénitude et de ressourcement intérieur à base de soins Ayurvédiques, de modelages sous affusion, shiatsu, shirodhara..

Séjour de 6 nuits à partir de 2 280 € par personne en demi-pension en chambre double.

ESCAPADE DUO

Ce séjour conçu pour une parenthèse de détente en amoureux, permet de partager de beaux moments de complicité lors d'un modelage relaxant et de se ressourcer au cours de cette échappée tonique.

Dîner en tête à tête, chambre douillette avec sa terrasse privative, cocktails au bar avec sa vue sur la baie assurent un séjour romantique et reposant.

A partir de 271 € par personne, 1 nuit en demi-pension en chambre double + un massage-modelage duo.

CURE «SERENITE-SANTE» - DES SOINS A LA SPIRULINE MARINE FRAICHE

Basé sur des soins à la spiruline, le programme «Sérénité- Santé» est spécialement conçu pour soulager naturellement la douleur et dynamiser le retour veineux.

Suivi par des kinésithérapeutes, ce programme se décline en 3 formules :

Jambes Légères : pour soulager la douleur et dynamiser le retour veineux.

Dos : pour soulager naturellement les douleurs dorso-lombaires, relâcher les tensions et renforcer les muscles.

Rééducation articulaire : pour retrouver de la souplesse au quotidien, soulager arthrose, arthrite et rhumatismes.

A partir de 1 842 € par personne, 6 nuits en demi-pension en chambre double.

GOLF ET THALASSO

Ce séjour de 2 nuits séduit tant les néophytes que les golfeurs confirmés. Il inclut 3 soins et les green-fees sur le parcours 9 trous au golf 18 trous Blue Green de Rhuyes Kerver, situé en bord de mer, à quelques kilomètres du Miramar Crouesty..

A partir de 628 € par personne, 2 nuits en demi-pension. en chambre double





Bienvenue aux familles

GARDERIE

Au Miramar Crouesty, la nursery accueille les bébés à partir de 3 mois et les enfants jusqu'à 3 ans pour permettre aux parents de profiter de leurs cures en toute sérénité.

Tarif : 12 € de l'heure et tarif dégressif avec carte forfait à 110 € pour 12 h.

Un service de baby-sitting est proposé sur demande. Le Miramar Crouesty dispose également de chambres « Spécial Famille » et offre l'hébergement gratuit aux enfants de moins de 12 ans dans la chambre des parents.

FUTURE MAMAN

C'est avec un médecin que le Miramar Crouesty a élaboré un programme spécifique **Future Maman** sans aucun risque pour elle ou le bébé à venir. Proposés sur 5 jours, les 15 soins, extrêmement doux, incluent entre autres relaxation marine, piscine avec un kinésithérapeute, soins de beauté, gym Pilates pour préserver son ventre et 2 modelages « Bulle » avec sophrologie.

A partir de 1 761 € par personne, 6 nuits en demi-pension en chambre double.

JEUNE MAMAN

Après l'accouchement, la cure **Jeune Maman** (à faire entre le 3^{ème} et le 9^{ème} mois du bébé) permet de retrouver énergie, sérénité. Il intègre entre autres de la gym hypopressive, un ensemble de techniques posturales pour rééduquer abdomen et périnée en douceur. La cure accorde une grande attention au bébé et au papa qui peuvent même prendre un bain bouillonnant ensemble ! Les parents sont aussi initiés au massage bébé. Une formule très complète et des moments privilégiés à partager en famille.

A partir de 1 902 € par personne sans Bébé, 6 nuits en demi-pension en chambre double et 2 004 € avec Bébé

ESCALE COMPLICE MÈRE-FILLE

Adulte, on peut encore profiter de moments de complicité avec ses enfants avec cette formule sur 3 jours, qui permet de partager entre mère et fille, soins, détente et découverte de la presqu'île à vélo.

A partir de 512 € par personne, les 2 nuits en demi-pension + soins en chambre double.

Le Spa : un espace de détente et de bien-être

Au Spa, si les soins d'hydrothérapie restent très présents, la part belle est faite aux massages du monde, dispensés par des thérapeutes qualifiés et passionnés. Une formule qui séduit chaque année davantage d'adeptes qui peuvent ainsi s'initier et découvrir les bienfaits de la Thalassothérapie le temps d'un court séjour.

COURTS SÉJOURS : UNE ESCALE DÉTENTE

Outre les cures **Minceur**, **Thalasso & Spa** et **Maman Bébé** qui se déclinent en version court séjour, si l'on ne dispose pas d'une semaine, il est possible de se faire choyer par une équipe d'experts et de découvrir l'univers de la thalasso où se côtoient massages exotiques et rituels de beauté.

Essentiel Spa, la formule idéale pour découvrir le Miramar Crouesty tout en relaxation pour une pause-détente le temps d'un week-end.

A partir de 301 € par personne, pour 1 nuit en demi-pension comprenant 3 soins en chambre double.

Le séjour **Escale Douceur** est un véritable concentré de bien-être et une initiation à la thalassothérapie.

A partir de 484 € par personne, 2 nuits en demi-pension comprenant 4 soins en chambre double.

La cure **Bulle Océane** favorise une reminéralisation du corps avec entre autres, un enveloppement d'algues high-tech au confort inégalé, grâce à un matelas d'air posé lui-même sur un lit d'eau chaude...

A partir de 786 € par personne, 3 nuits en demi-pension en chambre double.

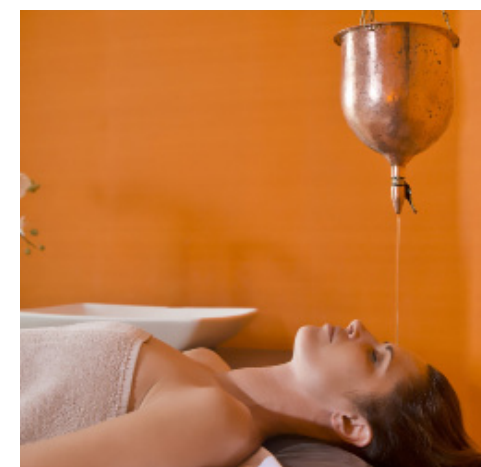
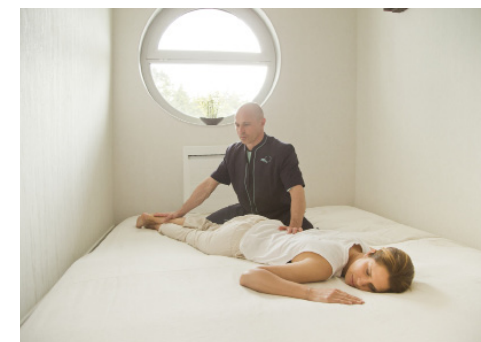
La formule **Absolue Détente** permet de goûter le temps d'un long week-end aux joies de la thalassothérapie et du Spa à travers 9 soins, un programme mixte visant une relaxation optimale.

A partir de 1 078 € par personne, 4 nuits en demi-pension en chambre double.

STARTER MINCEUR SILHOUETTE

Un programme minceur pour se motiver, se ressourcer et se tonifier. Des soins relaxants mêlant Thalasso et Spa.

*A partir de 1 113 € par personne en chambre double,
3 nuits en pension complète diététique et cure de 12 soins .*



MASSAGES BIEN-ÊTRE POUR SE FAIRE PLAISIR

Résident ou non à l'hôtel, on peut choisir des soins à la carte sur la gamme de massages du monde (118 €/heure) dont le raffinement vise à l'harmonie du corps et de l'esprit.

Venu de Chine, le **Tui Na**, de Thaïlande, le **Thaï**, quant au Balinais, il est un savant mariage de techniques indiennes, indonésiennes et chinoises.

Autre exotisme avec le **Massage Californien**, 100% relaxant, qui devient **Californien Suédois** quand il intègre des gestes plus dynamisants.

Une mention spéciale pour **l'Odyssée Miramar** (1h30/168 €), soin signature des lieux et véritable voyage sensoriel, réalisé sur mesure, où l'on choisit son huile de massage, sa musique d'ambiance et sa boisson. Un soin qui élimine les tensions et harmonise les énergies.



RITUELS AYURVÉDIQUES

Précurseur en rituels ayurvédiques, le Miramar Crouesty Hôtel Thalasso & Spa inscrit aussi à sa carte quatre soins d'exception à 118 €.

Un de ses soins phares : **l'Abhyanga**, à base d'huile de sésame légèrement chauffée, ce modelage, glissé sur tout le corps, est à la fois doux et tonique, relaxant et énergétique.

Lié au mental et à l'émotionnel, le **Shirochampi** libère les tensions par un massage des épaules et du crâne à l'huile de coco. Les personnes souffrant de stress et d'insomnies opteront pour le **Kansu**, réalisé avec un petit bol de cuivre au niveau des pieds. Enfin, le **Shirodhara**, où l'on reçoit un filet d'huile de sésame tiède sur le front tout en stimulant par pressions des points énergétiques est une expérience étonnante à ne pas manquer.



Sur le pont supérieur - Piscine & Salle de fitness, face à la mer

Un espace exceptionnel de remise en forme pour compléter son séjour Bien-Être au Miramar Crouesty Hôtel Thalasso & Spa.

Etage de l'art de vivre et de la convivialité, le Pont Supérieur sous la verrière est aussi un espace exceptionnel de remise en forme pour compléter son séjour Bien-Être.

On peut profiter d'un moment de détente au bord de la très belle piscine intérieure panoramique d'eau de mer chauffée, dont le toit peut s'ouvrir si le temps le permet ou d'un moment de relaxation dans le large Jacuzzi en mosaïque.

On peut aussi opter pour le sport et la remise en forme dans la nouvelle salle de fitness.

Située en proue du bâtiment, cette spacieuse salle de fitness sur 160 m² face à la baie est équipée d'installations sophistiquées. Ici encore plus qu'ailleurs, la communion avec la nature est totale.

LA PRESQU'ÎLE DE RHUYS, UN LABEL 100% BREIZH

Golfe du Morbihan classé Parc Naturel Régional



Convaincu de la forte identité et des valeurs de sa destination, le Miramar Crouesty Hôtel Thalasso & Spa hisse plus haut les couleurs de son drapeau ! L'établissement a tout naturellement adhéré à la marque Bretagne, créée par le Conseil régional, le Comité Régional du Tourisme et Bretagne Développement innovation et figure désormais parmi ses partenaires.

Cette presqu'île encore intime et authentiquement naturelle, petit bout de terre long de 25 km au sud de Vannes, mérite que l'on en découvre les beautés. Avec plus de 10 plages de sable blanc et ses kilomètres de sentiers côtiers, on ne se lasse pas de découvrir ses côtes sauvages où s'épanouissent mimosas, eucalyptus et palmiers de Bretagne Sud...

Plus de 10 plages de sable et un golf de 18 trous

De l'hôtel, on accède par un petit chemin à la belle plage de sable du Fogo, face aux îles Hoëdic, Houat et Belle Ile en Mer. On poussera jusqu'à la magnifique promenade du Petit Mont le long de la côte qui cache le Cairn du Petit Mont, site archéologique classé. Les golfeurs apprécieront également le magnifique 18 trous à seulement 3 km de l'hôtel, le golf Blue Green de Rhuys Kerver.

Une Presqu'île à découvrir à pied ou en vélo + 104 km de sentiers de randonnées et + 80 km de pistes cyclables

Côté Terre, la région, à parcourir à pied (plus de 104 km sentiers de randonnée) ou à vélo (plus de 80 km de pistes cyclables), est également riche de villages pittoresques, d'églises séculaires, de maisons de capitaine, maisons de pêcheurs aux volets multicolores et de villas de la bourgeoisie du XIXe, venue à l'époque profiter des premiers bains de mer...

L'histoire de la presqu'île se raconte au travers des différents styles architecturaux avec son site le plus célèbre : **le château de Suscinio**, somptueuse résidence ducale de XVe et XVIe siècles, sans oublier **l'abbaye de Saint-Gildas-de-Rhuys**, haut lieu de la presqu'île.

Depuis Sarzeau, on découvre la réserve ornithologique du Duer (quelques 160 espèces d'oiseaux) et la jolie route touristique du Golfe...

A l'extrémité de la presqu'île, la commune d'Arzon, avec le pittoresque Port-Navalo, les charmants villages traditionnels (Beninze, Le Monteno, Kerners...) et le Port-du-Crouesty, station née dans les années 70 et qui s'organise autour de l'un des plus grands ports de plaisance de la façade atlantique.



Côté Mer, place au Golfe du Morbihan, classé Parc Naturel Régional (le 50^{ème} en France).

Parmi les excursions incontournables, Carnac, haut lieu du mégalithisme et les îles voisines aux eaux cristallines avec Belle-Île-en-Mer, Houat et Hoedic et dans le Golfe, l'île aux Moines, l'île d'Arz... Une merveille à découvrir en kayak, bateau de croisière ou à la manoeuvre d'un vieux grément depuis Port-Navalo. Les îles alentours sont autant de lieux magiques qui méritent de longues escales.

Enfin, à ne pas manquer, **Vannes**, cité médiévale avec ses ruelles pavées, ses remparts et ses maisons à colombages. Le grand marché du mercredi ou du samedi y mérite une virée !

Quelques idées de reportages

LA ROUTE DE L'HUÎTRE - A pied, à vélo ou en kayak

Depuis quelques années, ostréiculteurs, restaurateurs et communes de la presqu'île organisent un éventail d'activités liées à la découverte de l'huître et de l'ostréiculture. Au programme, visites d'exploitations et bien sûr...dégustations !

LE PASSEUR DES ÎLES

Créée par des amateurs de navigation à l'ancienne, la compagnie « le Passeur des îles », organise des croisières dans le Golfe du Morbihan sur des navires à passagers traditionnels : Le Passeur des Îles, La Passagère, La Passante. Le Passeur des îles remet en service d'anciennes liaisons maritimes abandonnées après 1945 au profit du transport routier et propose au départ de Port Navalo, Kerners ou Le Logeo, des liaisons vers le Pays d'Auray, les îles du Golfe du Morbihan et Vannes.

LE GOLFE DU MORBIHAN

En 2014, le Golfe du Morbihan est devenu le 50^{ème} Parc Naturel Régional français. Cette appartenance vient conforter le caractère exceptionnel de son patrimoine archéologique, architectural et culturel en offrant à ses visiteurs des sites uniques avec ses innombrables îles et îlots. Grâce à son micro-climat et la diversité de ses milieux naturels, marais d'eau douce, anciennes salines, étangs, la presqu'île est une terre d'élection pour les oiseaux migrateurs que l'on peut observer dans l'anse de Saint Colombier ou celle de Korbodec.

Ancienne réserve de chasse des ducs de Bretagne, elle a su préserver ses ressources naturelles et le calme de ses lieux si caractéristiques du Golfe du Morbihan. Etiers, marais, lagunes, vasières et pré-salés forment un éco-système propice à son activité phare, l'ostréiculture.

Site : www.rhuys.com



UN ACCÈS FACILE

En voiture

A 480 km de Paris et 120 km de Nantes

Autoroute A17 jusqu'à Rennes. Sortie Lorient/Vannes.

A Vannes, direction Nantes par la N165 sortie « Port du Crouesty » par la D780.

Localisation GPS : indiquer Arzon

En train

Gare de Vannes - TGV direct Paris-Vannes (3h15) puis transfert gratuit pour les clients de l'hôtel selon horaires et sur réservation.

En avion

Aéroport international Nantes-Atlantique - Navette payante 7 jours/7 (sur réservation)

Aéroport de Vannes (se renseigner auprès de la conciergerie)

TARIFS

A partir de 235 € en chambre Passerelle

Petit-déjeuner en sus 25 €

UNE ÉQUIPE À VOTRE SERVICE

À l'originalité du lieu, s'ajoutent des savoir-faire humains incomparables permettant une prise en charge globale. Une équipe de 150 personnes s'attelle chaque jour au bon fonctionnement de l'établissement. Ici, chaque hôte est reçu avec une attention particulière. Personnels d'accueil, de la restauration, femmes de chambres, esthéticiennes, hydrothérapeutes, médecins, diététicienne, ostéopathe, kinésithérapeutes, somato-psychopédagogue... tous exercent leur métier avec envie et professionnalisme et répondent au mieux aux préoccupations de chacun avec un leitmotiv commun : écoute, bien-être, remise en forme, service.

CONCIERGERIE CLES D'OR

La conciergerie Clés d'Or est également à disposition des clients pour combler toutes leurs attentes (bagages, transports, locations de vélos ou de bateaux, réservations d'excursions, presse, etc.). service voiturier.

Un programme d'activités et excursions est organisé par l'hôtel (visite de Vannes, sorties en bateau dans le Golfe du Morbihan, promenades en vélo, conférences, ateliers de cuisine...)

