

# Tradition

LAISSÉ-VOUS ENVOÛTER  
PAR L'AUTHENTICITÉ

Savourez la tradition. Vous la retrouverez dans chacun de nos centres, déclinée à travers les multiples trésors cachés d'antan.

## L'Empreinte du Yadis

### La signature du centre

#### Yadis Thalaspas Djerba

A travers cette cure de 3 jours, nous vous offrons un voyage au cœur des senteurs de Djerba associées aux vertus des soins marins et des massages (3 soins individuels par jour)

- Jour 1 : Gommage Traditionnel au miel dans le Hammam avec la « kehsa » (gant de crin) + Enveloppement au Tfal (argile verte) aux senteurs de Géranium dans le Hammam + Massage traditionnel aux bâtons à l'huile d'Olive
- Jour 2 : Massage sous affusion aux huiles essentielles d'Orange + Enveloppement d'Algues aux senteurs de citron sous couverture chauffante + Massage Ayurvédique des pieds, le « Kansu », aux plantes de Djerba
- Jour 3 : Bain Hydromassant aux huiles essentielles + Enveloppement floral à la rose + Massage « à la carte » à la crème de dattes

• **Hammam** : le Hammam est le lieu privilégié pour se ressourcer et se purifier, pour la détente et la rencontre. La chaleur, qui reste facilement supportable, permet d'ouvrir les pores de la peau et facilite l'élimination des toxines.

• **Gommage traditionnel au savon vert** : exfoliation des cellules mortes qui facilitera le passage des principes actifs et oligo-éléments contenus dans l'eau de mer et les produits utilisés dans les soins. **Purifie la peau.**

• **Enveloppement de TFAL** : cette terre puisée dans nos montagnes tunisiennes est utilisée depuis des générations dans les hammams. **Une des recettes de beauté de la femme orientale.**

• **Massage DUO à la Rose** : *parfum riche, intense, doux et rosacé.* Connue pour ses qualités régénérantes, adoucissantes et tonifiantes du tissu cutané. **Massage apaisant pour un relaxation intense.**

• **Massage "L'empreinte du Yadis" à la crème de dattes** : *parfum sucré.* Adoucissante, hydratante et régénérante, la datte est nutritive. La peau retrouve douceur et souplesse. **Laissez-vous envoûter par la gestuelle traditionnelle.**

#### A Yadis Thalaspas Djerba et Impérial :

• **Massage aux Bâtons à l'Huile d'Olive** : Idéale pour soulager les muscles et pour « l'entretien » de la peau.

#### A Yadis Spa Tozeur :

### envie « Traditionnelle »

Envie de bien-être à l'orientale (1 jour/3 soins) :  
Gommage traditionnel au savon vert  
+ Enveloppement Tfal aux senteurs d'Eglantine ou Géranium  
+ Modelage traditionnel "L'Empreinte du Yadis" à la crème de dattes

### envie « DUO »

Envie de vous faire plaisir à deux (1 jour/4 soins) :  
Gommage traditionnel au savon vert  
+ Enveloppement TFAL aux senteurs d'Eglantine ou Géranium  
+ Jacuzzi aux huiles essentielles  
+ Massage DUO à l'Huile essentielle de Rose

### envies « Yadis »

**Des trésors de beauté 100% naturels grâce à la Grenade, l'Olive ou les 3 Thés (au choix).**

Dans ce rituel traditionnel, vous choisirez entre les Grenades, les Olives ou les 3 Thés pour accompagner votre Gommage traditionnel, votre Enveloppement de Tfal, votre Bain jacuzzi aux sels et votre Modelage traditionnel (crème ou huile).

#### • envie 1

##### à Yadis Thalaspas Djerba et Impérial

Gommage traditionnel  
+ Enveloppement Tfal  
+ Modelage traditionnel 25'

#### • envie 2

##### dans nos 3 centres Yadis Spa & Thalasso

Gommage traditionnel  
+ Bain jacuzzi aux sels  
+ Enveloppement Tfal  
+ Modelage traditionnel 50'

#### • envie 3 à Yadis Spa Tozeur

**Le must** en 3 jours/2 soins :

- Jour 1 : Gommage traditionnel + Modelage traditionnel de 25' (crème ou huile)
- Jour 2 : Enveloppement TFAL + Modelage Digito-Pression Silicium+
- Jour 3 : Bain Jacuzzi aux sels + Massage à la carte de 50' (crème ou huile).



**La grenade** : elle **assume** ses rondeurs sans complexe sans oublier son beau teint

couleur rubis. Elle se révèle comme un excellent atout de jeunesse. Elle accompagne les femmes dans les premiers signes de l'âge en les protégeant des radicaux libres, en particulier responsables du vieillissement cutané : *rajeunit et régénère votre peau.*

**L'olive** : l'olivier est réputé éternel et l'olive en est le noble fruit. Grâce à sa forte teneur en Vitamine E, elle préserve la peau et la protège des UV. L'olive renferme des bienfaits hydratants protecteurs : *adoucit et assouplit la peau.*

**Les 3 Thés** : qu'il soit vert, noir, rouge, le thé laisse dans son sillage un puissant parfum fleuri. Ce n'est pas une légende, le thé est bon pour notre santé : *antioxydant, détoxifiant, reminéralisant.*

#### A Yadis Djerba et Yadis Impérial :

### Modelage Thali(sens)

**Modelage Oriental** : massage avec l'Océan Soleil, **huile satinante** d'où s'exhale toute la chaleur des parfums de l'Orient. Modelage ferme et profond à effet détoxifiant par la décontraction de l'abdomen et l'accélération du transit intestinal. Il produit un relâchement musculaire, une amélioration du retour veineux avec des étirements musculaires et articulaires doux.



# Evasion

## SAVOIR ÉCOUTER SON CORPS

Retrouvez les odeurs de la nature à travers des massages aux huiles essentielles aux multiples vertus et des rituels raffinés aux saveurs du monde qui vous plongeront dans une infinie sensation de bien-être.

**Massage Relaxant à la Mandarine :** *parfum d'agrumes, frais et doux.* Aide à évacuer vos tensions en diminuant votre angoisse et votre stress.

**Massage Tonique au Géranium :** *parfum frais et doux.* Apporte le tonus dont votre corps a besoin.

### 🌸 envie spécifique "Evasion"

**Détente, "aventure" et soins marins pour redonner au corps son équilibre naturel.**  
(4 ou 6 jours)

Elle comprend 4 soins par jour :

- 1 soin collectif
  - 1 soin d'hydrothérapie dont 1 bain aux sels exotiques, 1 bain aux pétales de rose, 1 bain au lait en alternance avec 1 bain aux huiles essentielles
  - 1 soin d'algotherapie dont 1 enveloppement floral à la rose, 1 enveloppement au Thé vert en alternance avec 1 enveloppement au Romarin
  - 1 soin de massage de 40 minutes en alternance avec un massage Thaï au pochon et 1 massage "Sultane" aux huiles essentielles de rose
- + 1 gommage traditionnel au savon vert pour une cure de 4 jours
- + 1 gommage traditionnel au savon vert + 1 gommage corporel au miel et à la cannelle pour une cure de 6 jours

Soins d'hydrothérapie : voir page 10

**Massage Minceur au Pamplemousse :** *parfum rafraichissant, doux et acidulé.* Le pamplemousse est le Roi des soins anticellulite et peau d'orange. **Draine, détoxifie, désinfecte, raffermi.**

**Massage Spécial Dos au Jasmin :** *parfum doux et mielleux souligné par une petite touche fruitée.* Contribue à la diminution des tensions musculaires **pour une douceur en profondeur.**

**Massage Spécial Jambes à la Menthe :** *parfum frais, doux et sucré.* Aux propriétés circulatoires, apaisantes et rafraichissantes, **pour un soulagement immédiat.**

### A Yadis Thalassa Djerba et Impérial :

**Massage à 4 Mains au Néroli :** parfum de notes fraîches, citronnées et fleuries. Utilisé pour son caractère tonifiant et déstressant.

**Drainage lymphatique :** pour les problèmes circulatoires lymphatiques et la cellulite localisée.

**Douche à Affusion avec Massage à l'Orange :** parfum fruité de pelure d'orange. Tonique et revigorante, elle revitalise le corps. *Voir p. 10*

### A Yadis Spa Tozeur :

**Modelage digito-ressourçant :** modelage énergétique visage et corps par stimulation des points d'acupression, libère les énergies positives.

**Modelage Stretch aux ballotins d'eau Glacée :** modelage tonique et revitalisant à base d'étirements associé à un modelage aux ballotins d'eau glacée pour une décontraction totale.

### A Yadis Thalassa Imperial :

## Rituels Nohèm

### Voyage au cœur de la beauté et de l'efficacité

Nohèm est une marque bio et équitable engagée dans la beauté des femmes. Sa gamme de produits de soins est issue de la rencontre des rituels de beauté de l'Afrique et de l'Asie avec les techniques occidentales les plus pointues.

### Soins visage : rituels "Les Sens de l'Asie"

Respiration de la peau, teint de porcelaine, éclat digne des princesses asiatiques.

- **Soin Sérénité :** source d'hydratation intense et détente des traits du visage (démaquillage, exfoliation, masque, modelages shiatsu)
- **Soin Spécifique Homme :** anti-fatigue (nettoyage, exfoliation, masque, modelages shiatsu)

### Soin corps : rituel "Esprits d'Afrique"

La fusion des techniques de massage du Togo, du Sénégal et du Burkina Faso pour harmoniser le corps.

- **Modelage Energisant ou relaxant et fermeté** aux 3 huiles magiques d'Afrique (grand cérémonial de 2 heures : gommage, enveloppement, massage)



### Soin visage et corps :

rituel "Métissage d'Asie et d'Afrique"

- **Soin Sérénité visage et Energisant corps**

## Les Délices Impériaux

*La signature du centre*  
**Yadis Thalassa Imperial**

A travers cette cure de 03 jours, nous vous offrons des soins naturels et biologiques à base de produits respectueux de l'homme et de l'environnement.

**Laissez-vous séduire par des textures inédites.**

(03 soins individuels par jour)

**Jour 1 :** • 1 Gommage traditionnel à la cire tonique

- 1 Bain aux cristaux de bain marin
- 1 Massage à la carte à la crème de

**Jour 2 :** • 1 Massage sous affusion avec baume  
• 1 Enveloppement à la poudre de coton  
• 1 Massage aux aumôniers de plantes de Djerba avec huile précieuse.

**Jour 3 :** • 1 Bain à l'algosérum d'agrumes  
• 1 Masque auto-chauffant spécial dos à l'argile rouge  
• 1 Massage traditionnel à la cire fondante

### La Fondation Amissé

La marque Nohèm, de Nohémie de Goÿs, est engagée dans la solidarité entre des femmes du monde entier à travers sa Fondation Amissé. Celle-ci soutient des projets de développement pour des femmes des pays du Sud, elle aide par exemple des femmes productrices de karité au Burkina Faso à devenir indépendantes. Pour que les femmes du monde partagent leurs secrets de beauté !

*Sous l'égide de la Fondation de France, fondation reconnue d'utilité publique.*

*A Yadis Spa Djerba et Impérial :*

## Massages "Harmonies"

**Shiatsu** : littéralement « pression des doigts », technique japonaise agissant par pressions sur les méridiens du corps. Son but, équilibrer l'ensemble de l'énergie vitale, le Qi.

**Réflexologie plantaire** : agit sur les points réflexes situés sur les plantes des pieds. La pression et le palper permettent de stimuler les fonctions naturelles des glandes et organes tout en procurant une sensation de bien-être.

### Le Trio Japonais

#### *Soin signature Yadis Imperial*

Pour un moment unique de bien-être

**Kobido** (le massage du visage et du cou) : signifie « voie traditionnelle de la beauté ». Assure la jeunesse du visage et procure une relaxation extrême tout en rendant sa souplesse et son élasticité à la peau.

**Teno Anma** (le massage des mains) : Anma en japonais signifie « calmer par les mains ». Accès direct à une profonde détente à portée de mains.

**Suko Shindo** (massage des pieds) : massage traditionnel de relaxation des pieds qui soulage vos douleurs et détend vos crispations. Un réel bien-être sur le corps pour un lâcher-prise immédiat.

**Massage Thaï aux aumônières** à l'huile essentielle de Lavande : technique thaï de massage effectué sur une table de massage avec deux aumônières de thym et romarin et à l'huile chaude, accompagné d'un massage profond qui vise à l'élimination des toxines et soulage les tensions musculaires. Se termine par un étirement de tout le corps. La Lavande aide à lutter contre le stress et l'anxiété, elle tonifie les personnes fatiguées et facilite le sommeil. *Parfum floral, frais et pénétrant.*

### ★ envie "Flash"

**Cocktail de massages** : le plaisir absolu (2,4 ou 6 jours)  
 • Jour 1 : Massage Abyanga  
 • Jour 2 : Massage à la carte 50'  
 • Jour 3 : Shiatsu  
 • Jour 4 : Massage à la carte 50'  
 • Jour 5 : Massage aux aumônières  
 • Jour 6 : Massage à la carte 50'

**Massage ayurvédique Abyanga** à l'huile essentielle de Sésame : massage indien classique de l'Ayurveda pratiqué sur tout le corps avec une huile chaude. Il permet de détendre le corps en profondeur. Le Sésame est utilisé pour son effet détoxiquant et calmant. *Parfum à la subtile saveur de noisette grillée.*

### ★ envie spécifique "Harmonies"

**L'équilibre corps et esprit, grâce à l'alliance des soins "thalasso" et de la thérapie traditionnelle asiatique.**  
 (4 ou 6 jours)

Elle comprend 4 soins par jour :

- 1 soin collectif
- 1 soin d'hydrothérapie
- 1 soin d'algothérapie ou pressothérapie
- 1 massage de 40 minutes aux huiles essentielles en alternance avec 1 Shiatsu, 1 massage Abyanga, 1 Réflexologie plantaire

+ 1 gommage traditionnel au savon vert

*Soins d'hydrothérapie : voir page 10*

*A Yadis Djerba et Yadis Imperial :*

## Modelages Thali(sens)

**Modelage Atlantique** : massée avec le **fluide** au Rythme des Vagues, la peau frémit de plaisir. Le M.E.R, Modelage Energétique Relaxant, est un modelage complet de relaxation qui stimule les points énergétiques clé. Il possède une action rééquilibrante afin de revigorer le corps et l'esprit.

### ★ envie d'Ailleurs

en solo ou en duo (1/2 journée)

**Rituel polynésien de Thali(Sens)** : une évasion relaxante à travers un rituel doux et enivrant comme un parfum de fleur de tiaré. Rafrichissement des pieds, modelage polynésien du cuir chevelu, gommage Tentation Cristalline à la pulpe de coco et aux algues, enveloppement Transparence d'Atoll, modelage Polynésien Féerie du Lagon.

**Rituel amazonien de Thali(Sens)** : une escapade énergisante à travers un rituel mystérieux qui redonne une énergie nouvelle à celui qui la reçoit. Rafrichissement des pieds, modelage amazonien de bienvenue, gommage Rouge Corail, enveloppement énergisant Profondeur des Terres d'algues et de fève de cacao, modelage amazonien Onde Boisée.

**Modelage Asiatique** : modelage avec l'**huile fine** Souffle de Satin au son de riz et aux algues pour une sérénité totale. Ce modelage a pour principal objectif de réguler et d'harmoniser la circulation du Qi, l'énergie vitale. On réharmonise les méridiens à travers des techniques de massage douces et superficielles ou d'autres plus fermes et toniques.

**Modelage de Polynésie** : massage à la **crème irisée d'or** Perle de Tiaré : l'esprit s'évade ... Modelage aux manœuvres très enveloppantes et lentes, provoquant un profond relâchement. Au contact de la peau, le gel d'eau de mer Féerie du Lagon va se transformer en lait et diffuser une agréable senteur de Monoï.

### Le Trio Ayurvédique

#### *Soin signature Yadis Djerba*

Pour retrouver énergie et sérénité

**Shirochampi** (le massage crânien indien) : la tête accumule quotidiennement stress et anxiété qui marquent le visage et amènent des tensions dans la nuque.

**Abhyanga** (le massage du corps indien) : permet de détendre le corps en profondeur.

**Padabyanga** (le massage indien des pieds au bol) : rétablit le sommeil tout en évacuant la colère, le stress.



**Modelage d'Amazonie** : modelage stimulant avec le **fluide** Onde Boisée pour une sensation de bien-être tonique. Modelage lent et profond qui a pour but de régulariser les fonctions vitales de l'organisme, de relâcher les muscles, d'assouplir les articulations.

# Beauté et Séduction

POUR RETROUVER SON RITUEL DE BEAUTÉ

*Des soins et des rituels dédiés à votre beauté qui allient le meilleur des bienfaits de la nature et l'efficacité éprouvée des plus grandes marques.*



A Yadis Thalassa Djerba et Imperial :

## ✿ envie de Beauté (Thal'ion)

**Le savoir-faire unique de Thal'ion vous permet de restituer tous les bienfaits de la mer dans des soins hautement efficaces. Entrez dans un univers de sensations pures et ressourçantes.**

### Visage : la symbiose marine

Riches en actifs, les soins Thal'ion sont de véritables concentrés d'Océan qui possèdent une affinité exceptionnelle avec la peau.



### Beauté Essentielle :

- **Hydratation absolue** : idéale pour les peaux hautement déshydratées. La peau devient douce et confortable.
- **Douceur infinie** : véritable parenthèse de tendresse pour les peaux délicates et sensibles.
- **Nutrition intense** : soin qui nourrit intensément les peaux les plus sèches. Repulpée, la peau retrouve velouté, souplesse et beauté.

### Jeunesse Essentielle :

- **Eclat originel** : véritable innovation alliant les bienfaits marins aux enzymes de fruits et à la vitamine C, pour stimuler le renouvellement cellulaire des peaux ternes.
- **Hydralift** : double action prévention anti-âge et hydratation intense. Les premiers signes du temps sont estompés, les ridules repulpées. La peau est redensifiée, le teint unifié.

### Jeunesse Intemporelle :

- **Expert anti-âge** : réponse ciblée contre les effets du temps pour retrouver son capital jeunesse. Soin sur mesure haute précision qui comble rides et ridules.

### Beauté des yeux :

- **Lift expert regard** : ultra ciblé, ce soin repulpe intensément le contour des yeux et le protège du vieillissement prématuré. Sa gestuelle haute précision lifte les traits et redonne fermeté aux paupières.

### Rituel d'excellence :

- **Lift absolu** : réponse anti-âge pour lutter intensivement contre les rides et le relâchement cutané. Sous l'action du modelage restructurant personnalisé, les traits sont reposés. Résultat immédiat, le teint retrouve son éclat originel dès le premier soin.

### Corps : des bienfaits durables

Les soins Corps Thal'ion vous invitent à découvrir les sources de bien-être.

Véritables rituels de beauté, exclusivement manuels, ils proposent à chaque besoin une solution.

### Silhouette :

- **Prestige minceur & sérénité** : soin précieux offrant un enveloppement tri-actif sublimé d'un modelage détente M.E.R. Le modelage associé aux vertus amincissantes des algues fait de ce soin un réel moment de plénitude.
- **Odysée anti-âge** : réponse anti-âge inédite pour le corps. Hautement concentré en AHA marins, ce soin stimule le renouvellement cellulaire pour un effet peau neuve immédiat. A travers son modelage raffermissant et liftant, il renforce l'élasticité des tissus et restitue la tonicité et la fermeté originelle de la peau.

### Spécial Homme : les énergies de la mer

Alliant force et énergie, les soins Thal'ion Homme aident à retrouver tonus et vitalité.



- **Facial oxygen booster** : soin haute technologie alliant performance et relaxation pour un résultat 100% efficace. Redonne tonus et fermeté grâce à des modelages du cuir chevelu, du visage, des trapèzes et de la nuque. 60 minutes pour une peau plus forte et pleine d'énergie.

## A Yadis Thalaspia Djerba et Imperial :

**Skin tonic :** l'alliance de la main et de la technologie. Rééquilibre les tensions nerveuses et musculaires, combat la cellulite, la peau d'orange et la rétention d'eau, atténue les vergetures, rides et cicatrices, restructure l'ovale du visage. **A Yadis Thalaspia Djerba**

### Révélation Beauté

• **Main cocon + pose vernis (simple ou French) :** soin douceur à portée de mains pour des ongles renforcés et une peau de satin éclatante, nourrie et protégée.

• **Pieds velours + pose vernis (simple ou French) :** gommage, bain relaxant, massage. Un soin complet pour relaxer, nourrir et réparer en toute beauté.

### ★ envie "Flash"

#### L'essentiel pour elle, L'essentiel pour lui

**S'occuper de soi, c'est aller à l'essentiel. Laissez-vous tenter par des soins sur mesure.**  
(1, 2 ou 3 jours)

#### L'essentiel pour elle :

- Jour 1 : Gommage traditionnel au Hammam  
Soin Visage Thal'ion adapté à votre type de peau
- Jour 2 : Mains cocon + Pieds velours  
Modelage Thali(sens au choix)
- Jour 3 : Bain Hydromassant au galet effervescent  
Soin corps « Prestige Minceur & Sérénité »

#### L'essentiel pour lui :

- Jour 1 : Mains cocon + Pieds velours  
Modelage énergisant spécial homme
- Jour 2 : Bain Hydromassant au galet effervescent  
Modelage Thali(sens au choix)
- Jour 3 : Soin visage Facial Oxygen Booster  
spécial homme  
Massage décontraction dos spécial homme

## A Yadis Spa Tozeur :

### Le Rituel Bigarade et Coquelicot Silicium+ et Adriana Karembeu



Ce rituel corps est un véritable coup de fouet énergétique. Soin tonique qui participe au renouvellement cellulaire, à la restauration de l'élasticité de la peau, au raffermissement des tissus et stimule la circulation sanguine.

- 1 Gommage combiné à 1 Enveloppement original
- 1 Modelage Stretch aux ballotins d'eau glacée.

**Gommage Granité vivifiant aux sels de Méditerranée :** union du sel de Méditerranée et d'huiles de céréales ; peau de pêche assurée.

**Gommage Granité ressourçant agrumes et thé vert :** mariage des perles de noyau d'abricot pour exfolier en douceur et d'un onctueux beurre de Karité pour retrouver une peau de soie.

**Enveloppement Papillote à la gelée Silicium :** alliance généreuse des sels de Méditerranée et d'huiles de céréales.

**Enveloppement au Soufflé Silicium :** une texture inédite pour cet enveloppement minéralisant et hydratant.

### Les soins Silicium + comprennent 4 instants :

**instant de confiance :** création d'un climat de confiance dès le début du soin via un rituel bien étudié.

**instant pureté :** nettoyage approfondi de la peau, exfoliation douce.

**instant précieux :** apport d'actifs en grande concentration, mobilisation des tissus, détente et lissage du visage.

**instant glamour :** protection de la peau, mise en beauté, conseil soin.

### Soins du visage pour elle

• **Lumière + :** soin raviveur d'éclat enrichi d'un modelage lumineux drainant optimisant l'effet coup de fouet des actifs pour une peau lumineuse et ressourcée. Une peau lumineuse, éclatante et ressourcée pour des femmes désirant un maximum de résultats en un minimum de temps.

• **D Stress + :** soin antifatigue et dynamisant comprenant un modelage plénitude. Il englobe tous les points de détente, du visage au cuir chevelu. La peau est déstressée, apaisée.

### Soin du visage pour lui

• **Hydro-Détox :** 1 heure de pure détente pour rebooster les peaux stressées et fatiguées. Le soin Hydro-Détox efface les traces de fatigue, affine le grain de peau, redonne de la luminosité au teint et détend les traits du visage.

## Le Rituel Agrumes et Thé vert Silicium+ et Adriana Karembeu

*La signature du centre Yadis Spa Tozeur*

Ce rituel complet visage et corps apporte énergie et fraîcheur. Il permet d'équilibrer le corps et l'esprit et soulage les tensions musculaires grâce à son massage digito ressourçant. **L'organisme est reminéralisé et retrouve sa vitalité.**

- 1 Gommage visage & corps aux agrumes et thé vert
- 1 Modelage digito-ressourçant
- 1 Masque visage à l'argile blanche
- 1 Enveloppement au soufflé de silicium



# Retour aux Sources

SANS EAU, LA BEAUTÉ SE FANE

*C'est dans l'eau que tout a commencé, c'est de l'eau que surgira votre vitalité par l'alliance des bienfaits marins et de l'activité physique.*

## A Yadis Thalaspas Djerba et Impérial :

**Bain hydromassant :** soin relaxant par excellence. Il offre un massage complet ou partiel de votre corps selon votre envie. En diffusant des jets d'air et d'eau tout le long du corps, des pieds à la nuque, il calme les douleurs, apaise les tensions et active la circulation. Véritable partenaire détente.

### A Yadis Thalaspas Impérial :

**Bain hydromassant avec chromothérapie :** éveille vos sens en vous plongeant dans des eaux multicolores. Le Rouge, l'Orange : stimulants. Le Jaune : anti-dépressif. Le Bleu, le Violet : apaisants. Le Vert, l'Indigo : relaxants.

**Douche à Affusion :** en position allongée, une fine pluie d'eau de mer diffusée par des buses à jets multiples, calme et efface les contractures musculaires. Procure une sensation agréable.

**Douche à Affusion avec massage :** véritable trésor de bienfaits à savourer couché, sous une fine pluie d'eau de mer chaude. On vous masse les jambes, le dos, les épaules, la nuque. Détente aussi instantanée que durable.

**Douche à jet :** idéale pour les problèmes circulatoires, musculaires ou de cellulite, elle réveille le tonus général du curiste. Ce soin "cible" les parties du corps encombrées, "modèle" la silhouette en délocalisant les graisses.

**Parcours bio-marin :** jacuzzi, jets sous-marins, col de cygne, champignon, contre-courant. Pause détente.

### A Yadis Thalaspas Djerba.

**Rééducation à sec ou en piscine :** soins dirigés par notre équipe de kinésithérapeutes.

**Cryothérapie :** basée sur les bienfaits du froid, elle soulage les jambes lourdes par enveloppement d'algues froides aux vertus circulatoires.

**Pressothérapie :** système de bottes à pression progressive. Facilite le drainage lymphatique et veineux et améliore le galbe des jambes.

## ★ envie "Flash"

**Tentation :** à la découverte des soins de base de la thalasso » (1/2 journée)

- 1 bain hydromassant ou douche à affusion
- 1 soin d'algothérapie ou pressothérapie
- 1 massage de 40' aux huiles essentielles

## A Yadis Thalaspas Impérial :

### Le Bassin Sensoriel

**Véritable espace de détente et de relaxation, il se compose de trois bassins :**

#### LE BASSIN OCEAN INDIEN 30/32°

Ce bassin possède une partie longue pour nager et, tout autour, des animations relaxantes, anti-stress et tonifiante (buses d'hydromassage, banquette bouillonnante, zone aquamusical, chromothérapie).

#### LE BASSIN MEDITERRANEEN 15°

Ce parcours phlébologique alterne une stimulation sur un sol incrusté de petits cailloux ronds, puis un massage drainant effectué par une plaque à bulles sur le sol, et enfin un massage tonique complet du pied et de la jambe grâce à des jets sous-marins à différentes hauteurs. Il s'accompagne d'une marche à contre-courant.

#### LE BAIN MER MORTE 40°

Il s'agit d'un Onsen, bain thermal japonais, pour la relaxation.

## A Yadis Thalaspas Djerba et Impérial :

### ★ envies Classiques (1, 2, 3, 4, 6 ou 9 jours)

**Sérénité**  
**Silhouette-Minceur**  
**Bien dans son Dos**  
**Arthro-Rhumatismale**  
**Rédécouvrez vos Jambes**  
**Détente Absolue**

Elles comprennent 4 soins par jour :

- 1 soin collectif
  - 1 soin d'hydrothérapie
  - 1 soin d'algothérapie ou pressothérapie
  - 1 massage de 40 minutes aux huiles essentielles
- + 1 gommage traditionnel au savon vert



### ★ envie Spécifiques

#### Maman Bébé (4 ou 6 jours)

Elle comprend 5 soins individuels par jour :

- 1 soin d'hydrothérapie
- 1 séance de rééducation en alternance avec une douche à affusion avec massage
- 1 soin d'algothérapie ou pressothérapie
- 1 massage spécifique chaque jour

- + 1 gommage traditionnel au savon vert
- + 3 soins raffermissants de la gamme Thal'ion (ventre, buste, fessier)
- + 2 soins avec bébé



#### Golfeur (3 ou 6 jours)

Elle comprend 2 soins individuels par jour :

- 1 soin d'hydrothérapie en alternance avec 1 soin d'algothérapie
  - 1 massage de 40 minutes aux huiles essentielles en alternance avec une douche à affusion avec massage
- + 1 gommage traditionnel au savon vert  
+ 1 Beauté des pieds

#### Bien-Etre Senior (4 ou 6 jours)

Elle comprend 3 soins individuels par jour :

- 1 séance d'aquagym personnalisée en alternance avec 1 séance de rééducation piscine
  - 1 soin d'hydrothérapie en alternance avec 1 soin d'algothérapie ou pressothérapie
  - 1 massage de 40 minutes aux huiles essentielles en alternance avec 1 séance de rééducation à sec
- + 1 soin visage Thal'ion adapté à votre type de peau

**Enveloppement divers (algues, boue marine) :** sous couverture chauffante, les enveloppements d'algues ont pour effet de pénétrer les principes actifs et les oligo-éléments : décontractent, désintoxiquent, reminéralisent le corps. La boue agit sur les douleurs articulaires et vertébrales.

**Massage :** application d'un ensemble de techniques manuelles qui visent au lâcher-prise total. Il favorise la détente musculaire et nerveuse, la circulation sanguine et lymphatique, l'élimination des toxines. Apaisant, relaxant, tonique, le massage a de nombreuses vertus pour un infini bien-être.

**Sauna :** la tradition finlandaise. Méthode naturelle réputée pour ses actions bienfaites pour le corps, la peau, les articulations, l'élimination des toxines et du stress.  
**A Yadis Thalaspia Djerba et Yadis Spa Tozeur**

*A Yadis Thalaspia Imperial :*

## Le Bain Siesté

**Un espace d'expériences émotionnelles.**

Le Siesté est une vasque spacieuse, généreuse et sensuelle, toujours prête à recevoir un corps pour qu'il s'y étende, se relâche, s'abandonne au creux de sa forme ergonomique. Grâce à une palette de dispositifs de chromothérapie, aromathérapie, musicothérapie, des programmes de stimulations vont agir comme des excitateurs sur les sens et les énergies. En état de lévitation dans une eau chaude, le corps et l'esprit sont emmenés sensoriellement vers un ailleurs.

### envie impériale I

- Bain Siesté
- Massage à la carte de 50 minutes aux huiles essentielles

### envie impériale II

- Lit flottant + enveloppement d'algues
- Massage à la carte de 50 minutes aux huiles essentielles

## Le Lit Flottant

**La relaxation en apesanteur aux multiples bienfaits.**

Enveloppé dans un cocon souple qui flotte sur un bassin, on se sent porté par l'eau chaude sans être mouillé. Pour des enveloppements conduisant à une relaxation profonde et une sensation de lâcher-prise.

*A Yadis Spa Tozeur :*

### envie "Bien-être"

Envie de découverte (2 jours/3 soins) :

- Jour 1 : Gommage traditionnel au savon vert + Enveloppement TFAL aux senteurs d'Eglantine ou Géranium + Modelage traditionnel de 25' aux huiles essentielles
- Jour 2 : Bain Jacuzzi aux huiles essentielles + Enveloppement d'Algues, Citron ou Romarin sous couverture chauffante + Massage à la carte de 50' aux huiles essentielles de Mandarine ou Géranium

*A Yadis Thalaspia Djerba et Impérial :*

**Drainage lymphatique manuel :** ce massage s'effectue par pressions légères, douces et lentes le long du circuit lymphatique. Vise à résorber les œdèmes, à favoriser l'élimination des toxines et à faciliter la circulation veineuse. Indiqué pour les problèmes circulatoires et lymphatiques, et pour la cellulite localisée.

**Ultrasons :** ces vibrations mécaniques de basse fréquence, inaudibles pour l'oreille humaine, provoquent dans les tissus un mouvement oscillatoire appelé micro-massage. Par augmentation de la perméabilité des membranes cellulaires, elles entraînent l'accélération des fluides, favorisent le processus de diffusion et améliorent le métabolisme cellulaire.

*A Yadis Thalaspia Djerba et Impérial :*

### envie "Flash"

**Starter :** pour démarrer et ou poursuivre une activité sportive associée à des soins de bien-être. (1,3 ou 6 jours)

- Jour 1 : Séance individuelle de coaching avec fixation des objectifs + relaxation piscine (50') + 1 Massage à la carte (50')
- Jour 2 : Séance individuelle de coaching + relaxation piscine (50') + 1 Massage spécifique 25' au choix
- Jour 3 : Séance individuelle de coaching + relaxation piscine (50') + 1 Massage traditionnel aux bâtons
- Jour 4 : Séance individuelle de coaching + relaxation piscine (50') + 1 Massage à la carte 50'
- Jour 5 : Séance individuelle de coaching + relaxation piscine (50') + 1 Massage spécifique 25' au choix
- Jour 6 : Séance individuelle de coaching + relaxation piscine (50') + 1 Modelage Thali(sens au choix)

**Aquagym :** il n'y a rien de plus efficace que l'eau de mer pour le bien-être, le renforcement musculaire et le galbe du corps. La diminution du poids du corps soulage les muscles et les articulations, les mouvements sont fluides et demandent moins d'efforts, on travaille tout le corps en même temps.

**Aquabike, le vélo dans l'eau.** Sur un vélo immergé dans la piscine, avec de l'eau jusqu'à la poitrine, chacun peut pratiquer une activité physique adaptée à ses capacités et selon ses objectifs.

**Relaxation marine :** le voyage aquatique. Allongé dans l'eau de mer, le corps parfaitement détendu, vous êtes "bercé", étiré, relaxé...

*A Yadis Thalaspia Imperial :*

## La Smart Zone

**Un concept de circuit training personnalisé.**

9 appareils permettant un entraînement sûr et efficace de tout le corps, et un suivi personnalisé de votre programme d'exercices au moyen d'une carte à puce. Grâce à système pneumatique de résistance qui remplace les poids et les poulies, vous aurez la sensation que les mouvements sont plus doux.

**Activités physiques :** cours de stretching, abdominaux fessiers, renforcement musculaire...

## Coaching individuel

**Un suivi personnalisé.** Que vous soyez débutant ou confirmé, le coach définit vos attentes et détermine avec vous un programme adapté, progressif avec des objectifs précis. Pour renforcer votre musculature, vous relaxer, améliorer votre posture, votre cardio-training...

