

LE BIEN-ÊTRE A

une adresse

ÉDITION 2022

HOTEL THALASSO & SPA
• DINARD •

EMERIA



sommaire

- 4 **UNE ADRESSE CHARGÉE D'HISTOIRE**
- 6 **LA NAISSANCE D'EMERIA**
L'élégance d'un lieu ouvert sur l'océan
et l'authenticité d'une nature préservée
- 8 **L'ÉTABLISSEMENT**
- 10 **L'ESPACE SPORT & DÉTENTE**
Un vaste parcours aquatique, une piscine
de natation, une salle cardio-training, un hammam...
- 12 **LES BIENFAITS DE L'EAU DE MER**
- 14 **CHOISIR SON PROGRAMME**
- 16 **MA PARENTHÈSE BIEN-ÊTRE À LA CARTE**
- 18 **NOS PROGRAMMES BIEN-ÊTRE**
- 22 **NOS PROGRAMMES REMISE EN FORME**
- 26 **NOS PROGRAMMES RÉCUPÉRATION**
- 30 **NOS PROGRAMMES RYTHMÉS**
- 34 **NOS PROGRAMMES COURTS SÉJOURS**
- 36 **NOTRE NOUVELLE IDENTITÉ**
- 38 **LE SPA**
Nouveau partenaire : PHYTOMER
- 40 **LES RESTAURANTS & BAR**
1 bar et 2 restaurants face à l'océan,
pour une cuisine inventive iodée ancrée dans notre région
- 42 **LES ATELIERS DÉCOUVERTE**
- 43 **PRÉPAREZ VOTRE SÉJOUR**
- 44 **NOS IDÉES CADEAUX**
- 45 **LEXIQUE DES SOINS**



UNE ADRESSE CHARGÉE *d'histoire*



C'est en découvrant un centre de thalassothérapie qu'un homme d'affaires du Sultanat d'Oman décida d'investir dans ce domaine à Dinard.

Les recherches d'un lieu magique l'amènèrent sur une lande déserte dans le quartier de Saint-Énogat. Il tomba amoureux du panorama spectaculaire offert par le phénomène des marées, et décida de construire un établissement en espalier qui représente la forme d'un goéland.

Inaugurée le 9 juillet 1990, le succès grandissant de la Thalasso de Dinard permit de nombreuses transformations afin de valoriser les espaces inondés de lumière naturelle afin de parfaire le confort des clients.

30 ans plus tard...l'établissement est transmis à une famille d'origine bretonne qui baptisera le site du nom d'Emeria...L'histoire continue...

Situé face à l'île de Cézembre aux portes de Saint Malo et du golf de St-Briac, EMERIA HÔTEL THALASSO & SPA DINARD**** est un établissement de 106 chambres côté mer et de 64 chambres côté jardin. Un institut de thalasso et spa avec programmes de soins, une carte variée de massages, une piscine d'eau de mer couverte chauffée, un parcours marin, une salle de cardio-training et un espace forme, le tout face à la mer.



BRUNO VILT, Directeur Général

« Quel plaisir et quelle fierté de prendre les rênes de cet établissement, écrin de la côte d'Émeraude où la puissance de la nature nous transporte chaque jour. L'univers marin nous inspire et nous aide à vous proposer des soins toujours à la pointe pour votre bien-être. L'hospitalité, l'accueil et le service sont des valeurs fortes que l'ensemble des équipes d'Emeria Hôtel Thalasso & Spa partageront pour vous en 2022... »



FLORENCE ROUAH, Directrice Institut Thalasso & Spa

« Ancré sur la falaise, Emericia Dinard est une invitation au bien-être ! Notre équipe d'experts vous accueille pour une expérience « iodée » dans le respect de l'environnement. À très bientôt ! »

TERRE

de bien-être

Les années folles du 19e siècle font la réputation de la ville de Dinard grâce à ses attraits climatiques, ses paysages côtiers exceptionnels et ses belles plages. Les touristes affluent et Dinard devient une cité balnéaire renommée. Avec ces 407 villas classées, Dinard protège son environnement et affiche une élégance indéniable. Le charme des destinations voisines en fait une adresse incontournable : le Mont-St-Michel, Dinan, St-Malo, Cancale, Le Cap Fréhel.

La variété des programmes conçus avec médecins et spécialistes sont encadrés par une équipe d'experts. Osez passer la porte et faites-nous confiance !

Vous arrivez à destination

Emeria Hôtel Thalasso & Spa**** Dinard : 106 chambres côté mer, 64 chambres côté jardin, 2 univers de soins, un espace cardio-training, 4 salles de réunion avec lumière naturelle, 2 restaurants, 1 bar.

NAISSANCE

Emeria

Née d'une rencontre entre l'émeraude, le vent, les vagues et le rêve, l'hôtel Thalasso Emeria perpétue un long savoir-faire pour perdurer comme un lieu iconique en France. Depuis plus de 30 ans, la Thalasso, en harmonie avec le rythme des marées, illumine vos journées et sublime les séjours iodés et tonifiants.

Pétillant et élégant à l'image de la côte d'émeraude, EMERIA HÔTEL THALASSO & SPA DINARD**** est un lieu de vie en mouvement, qui vous plonge dans l'art de vie marin et solaire de la région. Quelques jours au printemps, un week end d'automne ou encore un après-midi d'hiver, que ce soit la première fois ou en tant que grand habitué, venir à Emeria c'est la garantie d'une expérience palpitante au cœur de la côte d'émeraude.



L'HÔTEL EMERIA *****

ENTRE *mer et jardin*

Laissez-vous bercer par le bruit des vagues et emportez par la beauté de notre côte d'émeraude et ses camaïeux de verts. L'établissement dispose de 5 catégories de chambres, dont 3 Côté Mer :

La **chambre Classique** en étage, vous accueille pour vos moments de partage à deux.

La **chambre Supérieure** en étage également, vous laisse profiter pleinement des moments familiaux.

La **chambre Supérieure Rez de Jardin** vous offre un espace détente avec des transats à disposition pour apprécier l'air marin.

L'ensemble de nos **chambres côté Jardin** habillées de bois sablé et d'ardoises vous offre un cadre intimiste et chaleureux, idéal pour vos moments en couple ou en famille.

Nos suites

L'établissement dispose de trois suites, dont deux Côté Mer bénéficiants d'une vue magnifique avec un salon attenant à la chambre et d'une vaste salle de bain. Nous pouvons également vous accueillir dans une suite chaleureuse et familiale côté Jardin.

Côté Mer, pour ne pas la quitter des yeux. Côté Jardin, pour encore plus d'espace. Toutes les chambres ont accès direct à la Thalasso et à l'espace Bien-être.

Quelle que soit votre chambre, vous avez opté pour l'espace. Toutes nos chambres bénéficient de tailles confortables allant de 23 m² à 59m². Au sein de nos chambres, les prestations se révèlent à la hauteur de votre exigence : mini bar, plateau de courtoisie, écran plat, coffre-fort... et la caresse d'une couette pour apaiser vos songes.

- 1 Chambres Classiques
- 2 Chambres Supérieures
- 3 Chambres Supérieures Rez-de-jardin
- 4 Chambres Classiques
- 5 Chambres Supérieures
- 6 Chambres Supérieures Rez-de-jardin
- 7 Chambres « côté jardin »
- 8 Espace cardio-training
- 9 Centre de thalassothérapie
- 10 Bar l'Albatros & le Kiosque Gourmand
- 11 Restaurant O'sens
- 12 Restaurant l'Arsaour



Chambre Classique « Côté Mer »



Chambre Classique « Côté Jardin »

ESPACE MARIN

SPORT & *détente*

Baigné de lumière naturelle, un espace aquatique délivre ses bienfaits par une eau puisée dans la Manche continuellement renouvelée et chauffée.

Nagez, détendez-vous dans la grande piscine d'eau de mer chauffée à 29°.

Faites-vous masser et relaxez-vous dans le parcours marin d'eau de mer chauffée à 33°, 9 ateliers de jets ciblés sont en accès libre.

Entraînez-vous et muscliez-vous dans la salle de Cardio-Training et de musculation.

Éliminez vos toxines et sublimez votre peau dans notre sauna & hammam.

* L'Espace forme est accessible 7j/7 de 08h00 à 20h00 pour les résidents de l'hôtel



LA THALASSO

L'EAU DE MER

bienfaitrice

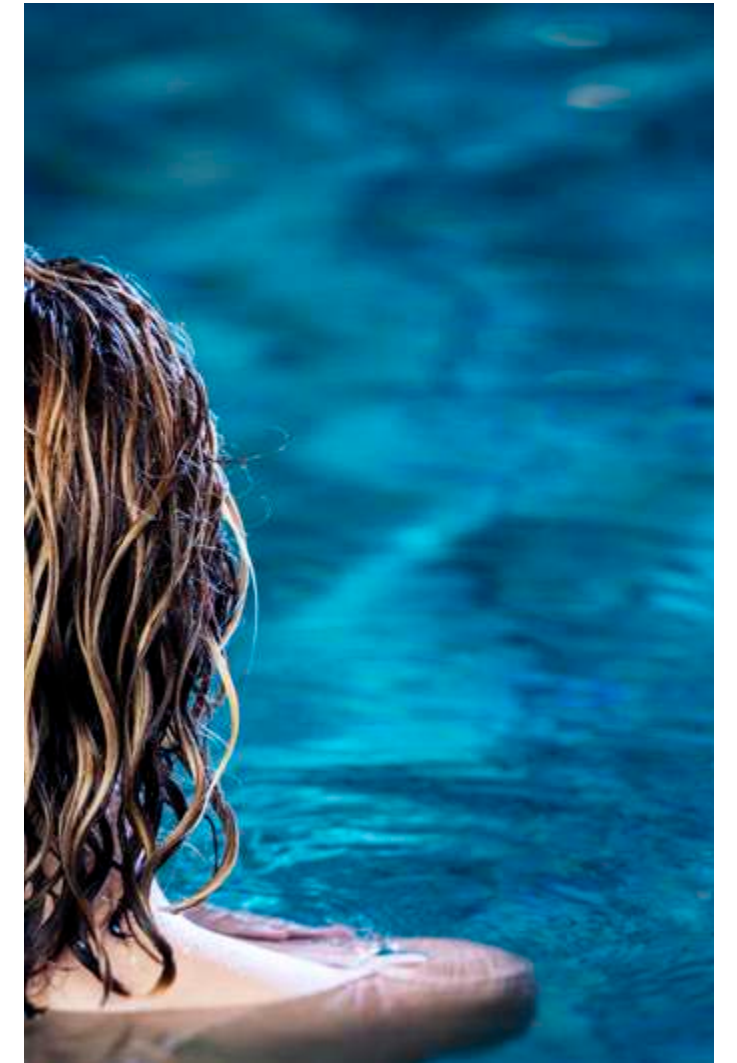


À Emeria Hôtel Thalasso & Spa Dinard****, toutes les énergies convergent vers vous. Celles des éléments naturels et de l'océan bien sûr, et celles de nos médecins, diététicienne et kinésithérapeutes ayant conçu les programmes de nos cures. Parce que vous êtes unique, nous adaptons nos soins à votre rythme. Parce que votre ressenti est notre priorité, nous sommes à votre écoute.

L'eau de mer, la bienfaitrice...

L'océan est source de toute vie, et les oligo-éléments marins ont la vertu de régénérer vos cellules. L'eau de mer chauffée, associée aux soins SPA ou mise à profit par des équipements de haute technologie, sera votre meilleure alliée pour guérir des maux du quotidien... ou pour vous détendre, tout simplement.

L'eau de mer possède, en effet, des minéraux et oligo-éléments, autant d'éléments indispensables à la vie, à un bon équilibre et à un parfait état de santé. L'eau de mer constitue un milieu vivant car elle contient en outre du plancton. Dans une eau chauffée en-deçà d'une certaine température, le phytoplancton (ou plancton végétal, par opposition au plancton animal, ou zooplancton) libère dans l'eau de mer des substances antivirales et antibactériennes, aidant ainsi l'organisme à lutter contre les infections. Il va de soi que ces organismes vivants ne peuvent survivre au transport, et qu'en conséquence, il ne peut exister de thalassothérapie à distance du bord de mer.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le biologiste René Quinton découvre, à la fin du XIX^e siècle, que l'eau de mer et le plasma sanguin ont la même identité qualitative : 104 oligo-éléments et minéraux en commun (et dans les mêmes proportions relatives). Aujourd'hui, nous chauffons l'eau de mer à 33-34°C, ce qui produit un effet relaxant et une vasodilatation des pores de la peau. Les oligo-éléments ainsi véhiculés par le sang, dans la petite puis la grande circulation, sont distribués à tous les organes : calcium sur les os, iode sur la thyroïde, magnésium et potassium sur les muscles, etc...

VOS BESOINS, VOS ENVIES

votre parenthèse



Je désire **prendre soin de moi**

Envie de faire attention à soi et de reprendre le temps de s'écouter.



NOS PROGRAMMES BIEN-ÊTRE

Lâcher prise..... p 18
Zen p 20
Bain de Jouvence p 21



Je désire **me ressourcer**

Envie de profiter des bienfaits marins pour soulager ses douleurs et ses tensions.



NOS PROGRAMMES REMISE EN FORME

Marine..... p 22
Souplesse Articulaires p 24
Détente Dos..... p 25



Je désire **récupérer**

Envie de retrouver un sommeil récupérateur ou de récupérer après bébé.



NOS PROGRAMMES RÉCUPÉRATION

Mer du sommeil..... p 26
Jeune maman De Gasquet..... p 28



Je désire **bouger**

Envie de s'oxygéner, tonifier son corps, préserver sa forme...



NOS PROGRAMMES RYTHMÉS

Au masculin..... p 30
Au féminin..... p 31
Golf en Thalasso..... p 32
Silhouette..... p 33



Je désire **faire une pause**

Envie d'une escapade, seul(e) ou à deux, avec des soins marins.



NOS COURTS SÉJOURS

Échappée Iodée..... p 34
Échappée Marine..... p 35



À VOTRE ÉCOUTE

Notre équipe de conseillers répond à vos questions du lundi au vendredi de 9h à 19h, le samedi de 9h à 18h30 et le dimanche de 9h à 17h30 au **02.99.16.78.10**. Vous pouvez également les contacter par mail à l'adresse : contact@emeriadinard.com.

Ma parenthèse Bien-être à la carte

Je veux choisir tous mes soins

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1914€*

Me régénérer avec les essentiels de Thalasso

- Bain de mer hydromassant
- Bain de mer relaxant
- Pluie marine
- Douche à jet musculaire ou silhouette ou circulatoire
- Enveloppement d'algues laminaires ou Fucus
- Drainage marin musculaire ou silhouette
- Séance de Pressothérapie
- Hydrojambes
- Hydrorelax

Me détendre et lâcher prise

- Modelage Zen 25'
- Modelage des jambes 25'
- Modelage du dos 25'
- Kansu 25'

Me tonifier et préserver ma forme

- Aquabiking
- Aquagym
- Jets marins
- Piscine dos ou Aqua-dos
- Piscine souplesse ou Aqua-souplesse

Me soulager et récupérer

- Séance de Cryothérapie

Les soins « BEAUTÉ » 50' valeur de 2 soins Thalasso

- « Pause 2 en 1 » : massage du dos et massage du visage
- « Voile de Douceur » : gommage et hydratation complète du corps

Les soins « EXPERTS » (25')

- Massage minceur
- Massage du cuir chevelu

Ce programme se décline sur 5 jours (20 soins) et 4 jours (16 soins)

Afin d'assurer la disponibilité de tous vos soins, nous vous adressons une fiche à nous retourner complétée avec le programme de vos rêves ! Ce programme doit être validé 15 jours avant votre arrivée.

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

Ma parenthèse Lâcher prise

Je désire prendre soin de moi

Je veux lâcher prise et me reconnecter avec moi-même. Il faut réagir avant l'épuisement et le surmenage. Ce programme innovant exclusif associe les bienfaits de la thalasso à des séances de relaxation immersive en réalité virtuelle.

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1704€*

Faire le point

- 1 rendez-vous expert

Trouver les clés du mieux-être

- 3 séances de relaxation immersive en Réalité Virtuelle (vos 3 sens : visuel, sonore & olfactif seront sollicités pour favoriser un apaisement de votre esprit)
- 3 séances de micro-sieste
- 3 séances d'Aqua-respiration

Me reconforter

- 2 modelages
- 3 Kansu, massage de la voûte plantaire à l'aide d'un bol
- 1 hydrorelax

Me régénérer avec les essentiels de la thalasso

- 3 enveloppements d'algues laminaires
- 3 bains de mer
- 3 pluies marines

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

QU'EST-CE QUE LA RELAXATION IMMERSIVE EN RÉALITÉ VIRTUELLE :

Installée confortablement dans un fauteuil dans une salle multi-sensorielle, la personne est équipée d'un casque de Réalité Virtuelle qui dispense des contenus visuels naturels en 360°. Un son d'environnement et une musique légère sont diffusés. Un guidage par une sophrologue complète l'efficacité de la séance ; dès les 5 premières minutes, on est transporté dans une grande déconnexion du quotidien, l'esprit est plus clair et l'apaisement s'installe.

QU'EST-CE QUE LE KANSU ?

Massage de la voûte plantaire à l'aide d'un bol et de Ghee (beurre clarifié) d'origine indienne ; en éliminant l'élément feu en excès dans le corps qui consume notre vitalité, ce massage traite les insomnies, les états de stress et d'anxiété.





Ma parenthèse Zen

Je désire prendre soin de moi

Je veux plonger dans une bulle de bien-être et me ressourcer avec un modelage quotidien.

Programme de soins, exclusivement individuels

6 JOURS 24 SOINS

À partir de 1734€*

Se relaxer avec un modelage au quotidien

- Modelage du dos
- 2 Modelages Zen
- Modelage des jambes
- Modelage crânien
- Kansu, massage de la voûte plantaire avec un bol

Se recharger

- 3 enveloppements d'algues laminaires

Se détendre

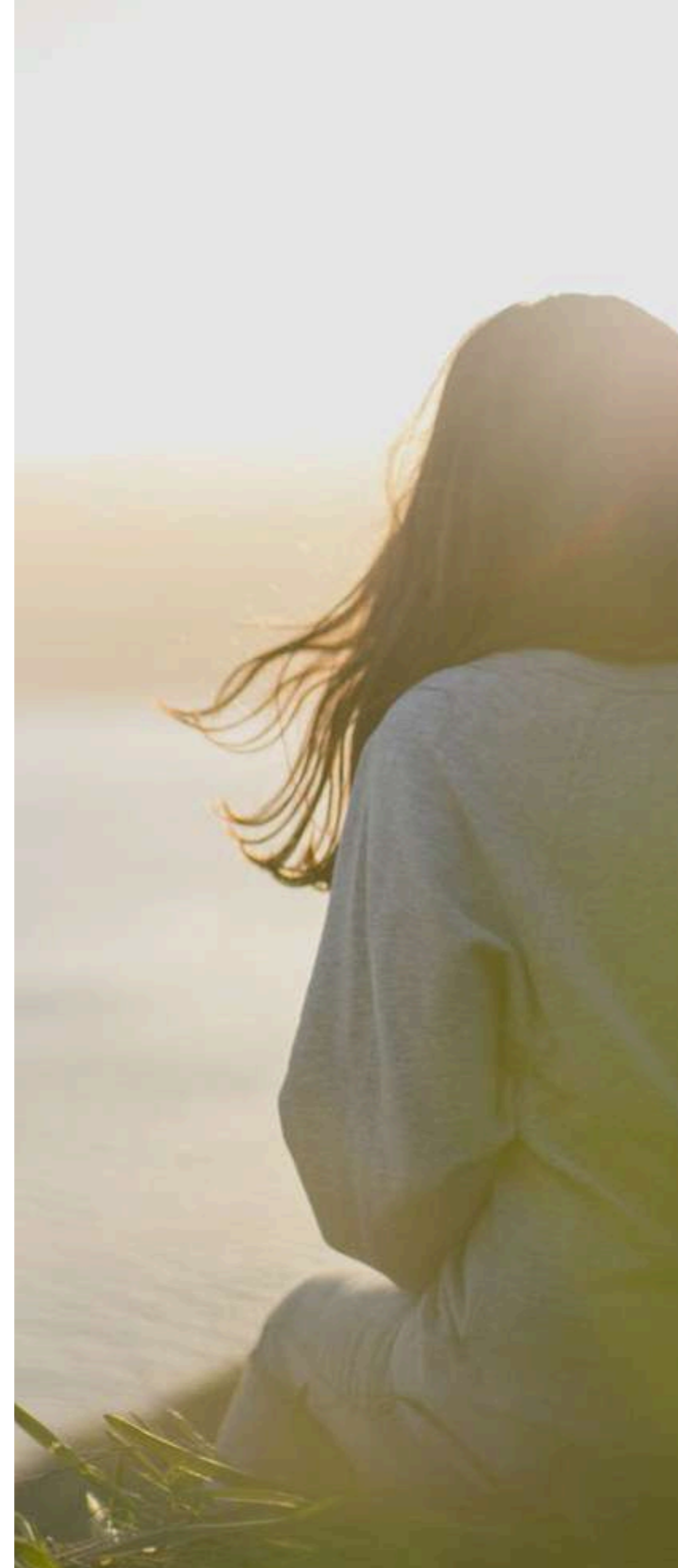
- 2 drainages marins
- 3 bains de mer

Revitaliser son corps

- 10 soins essentiels de la Thalasso pour compléter le programme parmi : pluie marine, douche à jet, hydrojambes, pressothérapie, hydrorelax

Ce programme se décline en 5 jours (20 soins) et 4 jours (16 soins)

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)



Ma parenthèse Bain de Jouvence

Je désire prendre soin de moi après un cancer

Je veux retrouver vitalité et bien-être dans un milieu non médicalisé. Chaque jour la progression des soins permet d'harmoniser en douceur ses émotions, de lâcher prise, de vivre des sensations nouvelles, de se ressourcer et de se réapproprier son corps.

5 JOURS 20 SOINS

À partir de 1664€*

Faire le point

- 1 rendez-vous expert le jour de votre arrivée

Lundi

- 1 bilan nutritionnel avec notre diététicienne
- 1 enveloppement d'algues laminaires
- 1 bain de mer
- 1 modelage

Mardi

- 1 entretien «Fleurs de Bach» avec notre conseillère agréée
- 1 modelage crânien
- 1 séance d'Aqua-respiration en bassin d'eau de mer chaude
- 1 drainage marin

Mercredi

- 1 séance de réflexologie plantaire
- 1 séance de relaxation lâcher-prise
- 1 douche à jet
- 1 séance dynamique en bassin d'eau de mer chaude

Jedi

- 1 bain de mer
- 1 enveloppement d'algues laminaires
- 1 séance de relaxation immersive en Réalité Virtuelle (vos 3 sens : visuel, sonore & olfactif, seront sollicités pour favoriser un apaisement de votre esprit)
- 1 kansu, massage de la voûte plantaire avec un bol

Vendredi

- 1 séance d'Aqua-respiration en bassin d'eau de mer chaude
- 1 douche à jet
- 1 modelage
- 1 massage du visage

Ce Programme à été étudié et conçu en collaboration avec un oncologue

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

Ma parenthèse Marine

Je désire me ressourcer

Un programme 100% Thalasso : laissez-vous faire...
La mer prend soin de vous.



À partir de 1434€*

Renforcer ses défenses immunitaires

- 3 enveloppements d'algues laminaires

Drainer et booster son organisme

- 3 drainages marins
- 2 douches à jet musculaire ou circulatoire

Se détendre, lâcher prise et faire le plein de tonus

- 3 modelages
- 6 séances en bassin d'eau de mer chaude

Se régénérer

- 7 soins essentiels Thalasso pour compléter votre programme parmi : bains de mer, pluie marine, hydrojambes, hydrorelax, pressothérapie

Ce programme se décline sur 5 jours (20 soins) et 4 jours (16 soins)

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

LES BIENFAITS DES ALGUES LAMINAIRES :

Les algues ont la capacité de potentialiser la richesse en minéraux et oligo-éléments de la mer et d'en restituer intensément les vertus fortifiantes.

Elles ont le pouvoir de ressourcer, de reminéraliser l'organisme et d'apporter à la peau les besoins qui lui sont essentiels. Appliquées chaudes sur le corps, elles engendrent une décontraction musculaire et une vraie détente générale.





PROGRAMME REMISE EN FORME

Ma parenthèse Souplesse articulaire

Je désire me ressourcer

Le pouvoir de la mer permet de soulager mes douleurs et de retrouver de la mobilité articulaire.

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1674€*

Retrouver ma forme et faciliter mes mouvements

- 5 séances d'exercices et de gymnastique douce en bassin d'eau de mer chaude

Soulager mes douleurs

- 6 enveloppements d'algues laminaires
- 3 séances de Cryothérapie

Me décontracter

- 3 massages
- 1 hydrorelax

Me régénérer avec les essentiels de la Thalasso

- 2 bains de mer
- 2 pluies marines
- 1 hydrojambes

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

PROGRAMME REMISE EN FORME

Ma parenthèse Détente dos

Je désire me ressourcer

Je veux dénouer les tensions et soulager mes douleurs.

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1674€*

Tonifier et assouplir

- 5 séances posturales en bassin d'eau de mer chaude

Détendre les zones douloureuses

- 3 massages du dos
- 3 enveloppements d'algues laminaires
- 3 séances de Cryothérapie

Se régénérer avec les essentiels de la Thalasso

- 3 bains de Mer
- 2 pluies marines
- 2 douches à jet
- 3 hydrorelax

La Cryothérapie corps entier est particulièrement recommandée en :

Rhumatologie (rhumatisme inflammatoire, polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, fibromyalgie), Traumatologie (séquelles de fractures, d'entorses, algodystrophie), Neurologie (sclérose en plaque, maladie de Parkinson)

*** certains soins pourront faire l'objet d'une adaptation en fonction de la pathologie.**

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)



La Cryothérapie corps entier est particulièrement recommandée en :
Rhumatologie (rhumatisme inflammatoire, polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, fibromyalgie), Traumatologie (séquelles de fractures, d'entorses, algodystrophie), Neurologie (sclérose en plaque, maladie de Parkinson)

***certains soins pourront faire l'objet d'une adaptation en fonction de la pathologie.**

Ma parenthèse Mer du sommeil

Je désire récupérer

Je veux retrouver un sommeil réparateur. Programme établi avec le support d'un centre du sommeil.

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1704€*

Un entretien personnalisé

- 1 rendez-vous expert le jour de votre arrivée

Se régénérer avec les soins essentiels Thalasso

- 3 enveloppements d'algues laminaires
- 3 bains de mer
- 2 pluies marines

Vivre des moments de détente absolue

- 2 modelages
- 1 hydrorelax

Apprendre à se relâcher et à libérer son stress

- 3 séances de relaxation immersive en Réalité Virtuelle (vos 3 sens : visuel, sonore & olfactif seront sollicités pour favoriser un apaisement de votre esprit)
- 2 séances Aqua-respiration
- 5 séances de sophrologie
- 3 Kansu, massage de la voûte plantaire avec un bol

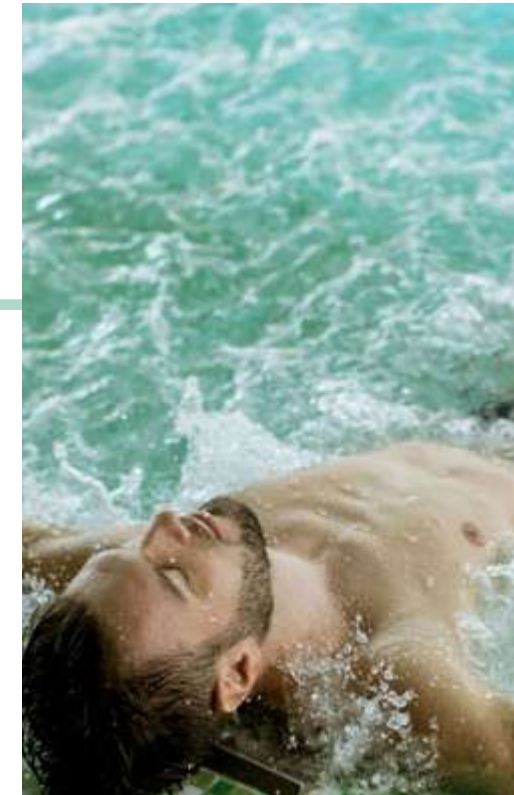
Réguler son horloge biologique

- 5 séances de luxthérapie en chambre : une cure de lumière intense, mise au point avec la recommandation du centre du Sommeil de l'Hôtel Dieu Paris.

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

QU'EST-CE QUE LA LUXTHÉRAPIE ?

Une exposition de 45' à une lampe de forte intensité (5000 à 10000 lux) provoque une régulation de la fabrication de la mélatonine dans l'hypothalamus. Ce soin permet ainsi de remettre l'horloge biologique à l'heure et de régler le rythme de veille et de sommeil.



Ma parenthèse

Jeune maman De Gasquet

Je désire récupérer en douceur après bébé

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1644€ *

Un bilan nutritionnel personnalisé

- 1 rendez-vous expert avec notre diététicienne

La rééducation : Périnée-Abdos-Dos, selon la méthode exclusive « De GASQUET »

- 1 séance en salle
- 3 séances en piscine

Le rééquilibrage du bassin

- 1 rendez-vous expert avec notre Ostéopathe

Drainer et éliminer les toxines accumulées

- 2 douches à jet
- 2 drainages marins
- 2 enveloppements d'algues au Fucus
- 3 séances de pressothérapie
- 2 séances piscine dos
- 1 hydrorelax

Libérer les tensions et favoriser la récupération

- 2 modelages
- 2 pluies marines
- 2 bains de mer
- 1 massage du visage

Ce programme débute uniquement le lundi.

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

La grossesse :

La grossesse est un miracle d'adaptation du corps de la femme, cependant l'accouchement est une épreuve pour le périnée ou pour la sangle abdominale.

Point fort du programme :

Il s'appuie sur la méthode De Gasquet, Médecin, professeure de Yoga et fondatrice de l'institut De Gasquet, qui fait référence auprès des obstétriciens, des sages-femmes et des kinésithérapeutes.

Conçu pour prendre en charge la jeune maman afin qu'elle retrouve un équilibre tant physiologique que psychologique et social.

Ce programme est conseillé entre le 2ème et le 12ème mois après l'accouchement.





Ma parenthèse Au masculin

Je désire bouger

Apprenez à vous écouter, à vous relaxer et à prendre soin de vous.

6 JOURS 24 SOINS

À partir de 1644€*

Faire le point

- 1 consultation individuelle avec notre diététicienne
- 1 rendez-vous avec un coach sportif pour évaluer vos besoins

Drainer son corps et le régénérer

- 3 enveloppements d'algues laminaires
- 1 drainage marin
- 2 bains de mer
- 2 douches à jet
- 2 pluies marines
- 2 séances d'Aquabiking

Se détendre et lâcher prise

- 1 massage du visage
- 3 modelages du dos
- 1 hydrorelax

Récupérer et dénouer les tensions

- 2 séances de Cryothérapie

Profiter des bienfaits exceptionnels du bord de mer pour s'oxygéner et évacuer au grand air

- 5 séances de marche dynamique progressive (rochers, plage, escaliers, sentiers...)

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

Point fort du programme :

En travaillant avec le Docteur Thierry DENOLLE, cardiologue, nous avons imaginé ce programme pour aider les hommes à lutter contre le stress et les risques cardio- vasculaires.



Ma parenthèse Au féminin

Je désire bouger et vivre ma ménopause en douceur

Prendre le temps de se réconcilier avec son corps et retrouver tonicité et vitalité.

6 JOURS 24 SOINS

À partir de 1644€*

1 rendez-vous expert

- 1 Bilan nutritionnel avec notre diététicienne

Apprendre la méthode De GASQUET : travailler son périnée et améliorer sa posture

- 1 séance en salle
- 3 séances en piscine

Se régénérer

- 10 soins essentiels de Thalasso pour compléter le programme parmi : 2 bains de mer, 2 enveloppements d'algues au Fucus, 2 drainages marins, 2 douches à jet silhouette et 2 pressothérapies

Tonifier mon corps et préserver ma forme

- 4 activités coachées en piscine : Aquabiking et Aqua dos

Se détendre pour libérer les tensions

- 3 modelages
- 1 massage visage

Récupérer sa vitalité

- 2 séances de Cryothérapie

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)

Les exercices en salle et en piscine selon la méthode du Docteur De Gasquet, associés aux soins marins, vont améliorer votre condition physique et vous aider à vous sentir mieux.



Ma parenthèse Golf en thalasso

Je désire bouger
Je veux alterner golf et récupération.

6
JOURS

18
SOINS

À partir de 1704 €*

La mer favorise la récupération

- 2 bains de mer
- 2 drainages marins
- 2 séances de Pressothérapie

La mer améliore votre condition physique sans risque articulaire

- 5 séances d'Aquabiking

Soulager et récupérer

- 4 séances de Cryothérapie
- 3 modelages du dos

2 FORMULES AU CHOIX

Golf Formule « 4 green fees »

- Le matin, au choix sur les parcours de : Dinard, Saint Cast, Les Ormes, Tréméuc... selon disponibilité des golfs : compétitions, carottages des greens... (le matériel et voiturette ne sont pas inclus dans l'offre)

Golf Formule « Stage de golf »

- 8 heures (4 cours de 2 heures) au golf de Tréméuc, pour 3 niveaux (matériel fourni)
- NON DÉBUTANT** : 8 ateliers pour améliorer son score (putting court et long, approches roulées et levées, mise en jeu, bunkers, coups à effets, progression aux fers, bois de parcours, analyse vidéo)
- DÉBUTANT** : Découvrir les différents compartiments de jeu, analyse vidéo, accès au parcours école STAGE

STAGE CARTES VERTES : cours pratiques et théoriques et 2 heures d'épreuves sur le terrain

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)



Ma parenthèse Silhouette

Je désire bouger
Ce programme s'adresse à celles qui veulent continuer à maîtriser leur silhouette et pour lesquelles une pause en Thalasso rime avec bouger.

6
JOURS

24
SOINS

À partir de 1968 €*

Rendez-vous expert

- 2 bilans nutritionnels avec notre diététicienne

Drainer

- 1 réflexologie plantaire
- 3 douches à jet silhouette
- 2 drainages marins silhouette
- 1 drainage corps

Éliminer les toxines

- 3 enveloppements d'algues au Fucus
- 3 bains de mer
- 2 séances de Pressothérapie
- 3 massages minceur

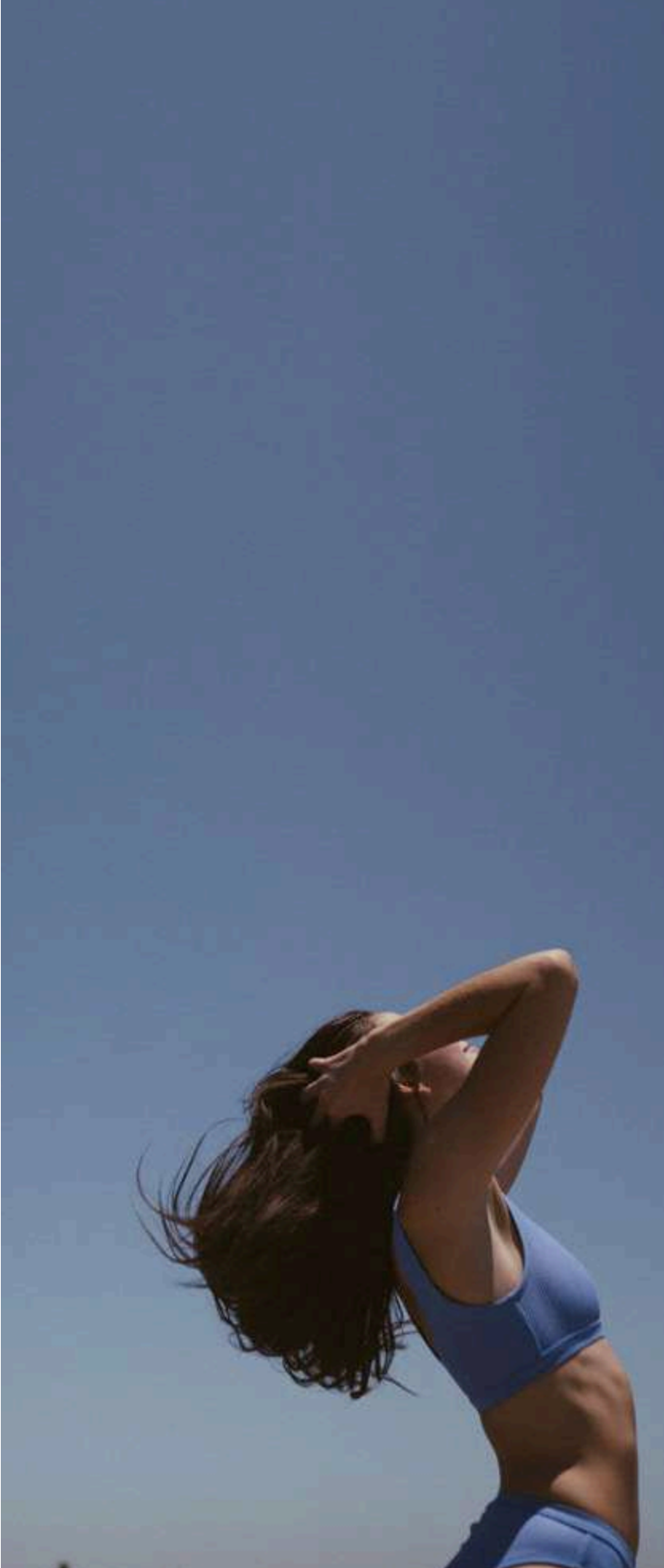
Raffermir et tonifier son corps

- 6 séances dynamiques coachées en bassin d'eau de mer chaude

Ce programme est en pension complète diététique pour le programme de 6 jours.

Ce programme peut se décliner sur 5 jours (20 soins) et 4 jours (16 soins) en demi-pension.

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de)





Mon échappée Iodée

Je désire faire une pause

Pour un lâcher prise immédiat grâce au meilleur de la Thalasso.



À partir de 234€ pour 1 jour*

Mon échappée sur 1 jour

- 1 bain de mer
- 1 pluie marine
- 1 enveloppement d'algues laminaires

Mon échappée sur 2 jours

- 1 bain de mer
- 1 pluie marine
- 1 modelage (25')
- 1 enveloppement d'algues laminaires
- 1 hydrorelax
- 1 douche à jet

Mon échappée sur 3 jours

- 2 bains de mer
- 1 pluie marine
- 2 modelages (25')
- 2 enveloppements d'algues laminaires
- 1 hydrorelax
- 1 douche à jet

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de 1j/1 nuit)



Mon échappée Marine

Je désire faire une pause

Pour découvrir la Thalasso avec des soins relaxants et revitalisants.



À partir de 204€ pour 1 jour*

Mon échappée sur 1 jour

- 1 bain de mer
- 1 hydrorelax
- 1 soin en bassin d'eau de mer chaude

Mon échappée sur 2 jours

- 1 bain de mer
- 1 hydrorelax
- 1 pluie marine
- 1 enveloppement d'algues laminaires
- 2 soins en bassin d'eau de mer chaude

Mon échappée sur 3 jours

- 2 bains de mer
- 1 pluie marine
- 1 hydrorelax
- 1 douche à jet
- 1 enveloppement d'algues laminaires
- 3 soins en bassin d'eau de mer chaude

* Chambre double côté jardin et prix TTC par personne (à partir de 1j/1 nuit)

DÉCOUVERTE

ET S'IL ÉTAIT TEMPS de découvrir

notre nouvelle identité

Laissez-vous porter par le bruit des vagues & l'air iodé, le temps d'une parenthèse Bien-être dans un cadre apaisé et apaisant.

L'ÉMERAUDE

LE VENT

LES VAGUES

LE SOLEIL

LES MARÉES

HOTEL THALASSO & SPA
• DINARD •
EMERIA

Le logo d'Emeria s'anime sous vos yeux. Il est à la fois structuré, fort, gage de qualité, mais aussi souple et léger pour retranscrire le côté lifestyle et dynamique du nouvel ADN de la Thalasso Emeria.



Ce symbole s'inspire des cabanes de plages de Dinard pour représenter la Thalasso comme une véritable destination. Ces tampons ont été créés pour rendre l'identité d'Emeria énergique mais toujours en harmonie avec l'identité générale.



SPA
UN INSTITUT
Spa

Ici, l'espace et le temps n'ont plus de prise sur vous... Le Spa vous accueille pour une évasion d'une heure, d'un jour ou d'une semaine, pour votre Bien-être.

Nos rituels*

Venez profiter de cette bulle relaxante avec nos rituels détente pour une prise en charge globale du visage et du corps.

Nos massages*

Choisissez votre parenthèse minceur, ayurvédique, bien-être ou vitalité en fonction de vos envies et besoins du moment.

Nos soins beauté et Remise en Forme*

Nos soins visage « sur mesure » et nos soins corps sont conçus pour vous offrir une parenthèse adaptée grâce à l'expertise de nos Spa praticiennes.

*** Voir notre carte SPA**



PHYTOMER

Phytomer, notre nouveau partenaire SPA

La beauté par la mer : la marque Phytomer est née face à la mer, pour offrir tous ses bienfaits à la peau.

C'est l'histoire de 3 générations passionnées, motivées par un même rêve : transformer la mer en soin de la peau... Une maison familiale profondément attachée à la Bretagne et à son exceptionnelle biodiversité.

Phytomer propose des soins de haute qualité, dans une démarche engagée depuis toujours pour la préservation de l'environnement.

Expert du Spa depuis 50 ans, Phytomer crée des soins hors du commun associant produits naturels, à base de principes actifs marins et massages manuels. Tous les soins sont conçus pour offrir une expérience holistique centrée sur le Bien-être. Chaque soin offre un voyage sensoriel autour de textures délicates, de parfums frais et subtils, de massages enveloppants. Comme une parenthèse de ressourcement.

Pour retrouver tous les bienfaits ressourçants des soins Phytomer dans notre Spa, réservez dès à présent les 3 soins Phytomer les plus emblématiques :

LA PAUSE ÉVASION VISAGE ET CORPS

Soin Visage Pionnier Anti-Âge Global & Soin Corps OLIGOMER® SPA - 2h40 / 285 €

Pause de douceur alliant le soin corps OLIGOMER® SPA et le soin du visage Pionnier. Profondément relaxante, cette pause d'exception associe gommage et massage du corps avec un soin visage anti-âge pour redonner à la peau toute sa jeunesse et sa luminosité. L'application de la Boue Marine Auto-Chauffante le long de la colonne vertébrale offre une qualité de détente exceptionnelle et recharge le corps en énergie.

LE SOIN SUPRÊME ANTI -ÂGE VISAGE

Soin Pionnier Anti-Âge Global - Visage, Lèvres et Décolleté - 80 minutes / 140 €

Ce soin anti-âge global d'exception redonne à la peau toute sa jeunesse, sa douceur et sa luminosité. Le massage expert du visage, associé à des produits concentrés en actifs marins, offre des résultats instantanés. Le module dédié à la bouche repulpe les lèvres et défroisse leurs contours. L'application de la Boue Marine Auto-Chauffante le long de la colonne vertébrale offre une qualité de détente exceptionnelle et recharge le corps en énergie.

LE SOIN BIO HYDRATANT VISAGE

Soin Cyfolia Repulpant Éclat - Visage et Contour des Yeux - 50 minutes / 90 €

Un joli coup d'éclat et une peau bien hydratée grâce à un soin plaisir qui allie un massage défatiguant et des produits Bio d'une efficacité remarquable. Le regard est défatigué, la peau est lumineuse et repulpée.

ÉMULSION *de goût*

Goûtez, croquez, et savourez chaque instant... Au fil des saisons, notre chef compose des menus qui magnifient les produits de la mer et du terroir – *homards, st-Jacques, st Pierre, algues ou fraises bretonnes* – en recherchant l'équilibre idéal entre plaisir et bénéfice santé.



LE CHEF MATHIEU ESNAULT

et son équipe marient chaque jour des produits locaux de la mer et du terroir pour vous offrir des saveurs gustatives.



Bar L'Albatros

Le bar de la Thalasso à la proue de l'hôtel se dresse fièrement face à la mer.

Restaurant Osens

Le Bien-être a du goût ! Le menu et la carte réunissent équilibre et gourmandise, fraîcheur, variété, authenticité, saveurs iodées...

Le Kiosque Gourmand

Au gré de vos envies, petites faims, grandes faims... Goûter au retour de plage.

Restaurant l'Arsaour

Le mariage de la saison, du frais, de l'audace, de la région... Quand la Bretagne rencontre l'esprit du soleil levant.

PENDANT VOTRE SÉJOUR

NOS ATELIERS

Découverte

Nos ateliers de fin de journée sont ludiques et instructifs, encadrés par des professionnels qualifiés. Un moment de partage convivial.

Tout au long de l'année, l'établissement met en place des ateliers à thèmes que nous proposons à la clientèle en fin de journée avant le dîner, de 18h30 à 19h30/20h00, sans supplément, pour la découverte d'une pratique de Bien-être ou une activité sur un plan cognitif ou encore une conférence à visée culturelle.



**Excursions au départ de l'hôtel en minibus ou à pied* 

> Visite de Saint-Malo, le mardi

Mardi de 9h15 à 12h30 : visite de Saint Malo, traversée en bateau selon la saison pour arriver sur les remparts et découvrir à pied la Cité Corsaire.

> Balade « les Villas de Dinard », le mercredi

Mercredi de 10h00 à 12h00 : balade « Les Villas de Dinard » à pied au départ de l'hôtel (histoire de la ville balnéaire, des personnages illustres, découverte de l'architecture variée des maisons).

> Visite de la ville de Dinan, le jeudi

Jeudi de 9h15 à 12h30 visite de la ville de Dinan, ville Médiévale par excellence (maisons du 14ème, 15ème, 16ème siècle). Commentaires tout au long de la visite pour la rendre attractive et enrichissante.

* Certaines excursions ne sont pas assurées toute l'année. Merci de nous consulter pour le planning.

CÔTÉ PRATIQUE

PRÉPAREZ *Votre séjour*



RÉSERVATION PAR TÉLÉPHONE

Notre équipe de conseillers est à votre disposition au **02 99 16 78 10** du lundi au vendredi de 9h à 19h, le samedi de 9h à 18h30 et le dimanche de 9h à 17h30.

RÉSERVATION SUR INTERNET

Sur notre site www.emeriadinard.com

ÉQUIPEMENT DU CURISTE

Sandales en plastique obligatoires (en vente au centre), maillot de bain, 1 tenue de sport et chaussures de sport pour les cours de fitness et la salle de cardio-training. Serviettes de bain et peignoir sont mis à votre disposition dans votre chambre. Nous vous recommandons de ne pas apporter d'objets de valeur, afin d'éviter tout risque de perte ou de vol.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

L'Espace Cardio-Training est ouvert tous les jours de 8h00 à 13h00 et de 14h00 à 20h00 (clients hébergés) et de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 19h30 (clients externes).

Le centre de thalassothérapie et l'espace Beauté SPA sont ouverts 7 jours /7, jours fériés inclus, de 8h30 à 19h30.

Les chambres sont disponibles à partir de 16h et doivent être libérées à 12h au plus tard le jour du départ. Au cas où ces horaires seraient dépassés, une nuit supplémentaire vous sera facturée.

Les animaux domestiques sont acceptés dans notre établissement (avec supplément). Notre établissement est non-fumeur.


LES « PLUS » ENFANTS

Votre enfant est hébergé gratuitement dans votre chambre jusqu'à l'âge de 12 ans. Le petit-déjeuner lui est offert. Le matériel pour bébé (lit, draps, chauffe-biberon, chaise haute...) est prêté gratuitement sur simple demande.

ACCÈS HANDICAPÉS

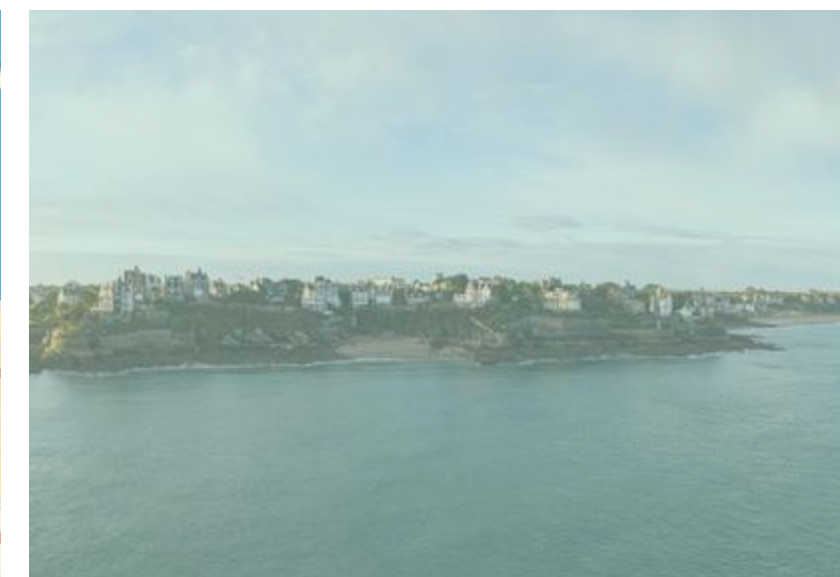
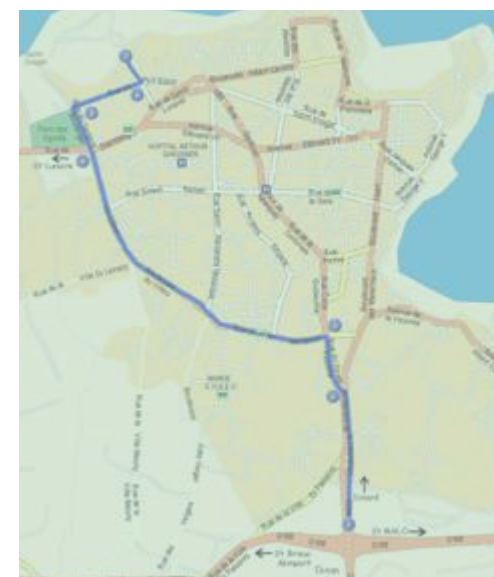
Notre établissement et nos chambres sont conçus pour permettre l'accès à toute personne présentant un handicap moteur. Cependant, les soins ne sont pas adaptés.

COMMENT SE RENDRE À DINARD

 **Par la route** depuis Paris : 3h30 - Nord de Paris : autoroute A14 Rouen/Caen A13 - puis direction Rennes/St-Malo par N176.

 **Par avion** : À 45 min de l'aéroport international de Rennes. > 1h d'avion Paris/Rennes. À 5km de l'aéroport international de Dinard- Pleurtuit > 50 min d'avion Londres - Dinard.

 **Par le train** : 2h25 de Paris - Montparnasse à St-Malo



NOS IDÉES *cadeaux*

Journées Thalasso & Spa, massages, rituels du monde, produits de beauté en coffrets cadeaux... Nous vous suggérons des idées adaptées à tous les budgets, pour tous les goûts et toutes les occasions, anniversaires, fêtes des mères, des pères, départ en retraite, anniversaire de mariage, Noël...

LES BONS CADEAUX

Excellents pour le moral et votre bien-être, ils se présentent sous forme d'invitations élégantes où figurent les informations nécessaires à leur utilisation. En vente à l'accueil Thalasso ou envoyés par courrier, ils sont valables 6 mois à partir de la date d'achat.

Tous les soins Spa & Beauté sont proposés à la carte, seuls ou en complément de votre programme de soins : soins Spa visage & corps, massages, activités coachées, ...

Réservez vos soins Spa & Beauté à l'avance, pour plus de choix **+33 (0)2 99 16 78 10**.

Notre carte de soins ainsi que nos Experts seront là pour vous guider.

LES COSMÉTIQUES

Phytomer, marque pionnière de protocoles en biotechnologies marines. Des soins visage et corps made in France, made in Saint-Malo en Bretagne, dans une démarche engagée depuis toujours dans la préservation de l'environnement. Transformation de la mer en soin de la peau pour mieux révéler la beauté des hommes et des femmes.

Vie collection est une ligne anti-âge performante inspirée de la médecine esthétique.

Skinceuticals est une gamme de soins anti-âge et de produits professionnels issus de la recherche scientifique.

Salin de Boisel propose des rituels exclusifs : Détox & Vous, Relax & Vous, Energies & Vous.

Jane Iredale propose une composition naturelle à base de minéraux.

Too Fruit est une gamme de soins Bio pour les enfants de 3 à 12 ans.



LEXIQUE DES SOINS

Les essentiels de la Thalasso

• Bain de mer

Une multitude de bulles d'air et de jets d'eau de mer massent votre corps pour une action décontractante, relaxante et revitalisante. Le bain est enrichi de gelée d'algues laminaires.

• Drainage marin

Effectué avec un jet dans une baignoire d'eau de mer selon un trajet très précis, ce soin est à visée décontractante ou amincissante.

• Douche à jet

Réalisé avec un jet à pression variable et dirigé sur la personne en position debout, ce soin peut être à visée décontractante et relaxante ou à visée circulatoire ou amincissante.

• Hydrojambes

Les jambes sont immergées alternativement jusqu'aux genoux dans un bac d'eau de mer chaude (3') puis froide (1'). Ce soin stimule la circulation veineuse et développe l'élasticité des capillaires.

• Hydrorelax

Massage mécanique sur un matelas souple et chaud sous lequel des jets d'eau détendent muscles et articulations depuis les chevilles jusqu'aux épaules.

• Pluie marine

Une fine pluie d'eau de mer chaude est diffusée en multiples jets fins qui balayent la partie postérieure du corps et procurent détente et relâchement.

• Pressothérapie

Un drainage mécanique des membres inférieurs à l'aide de bottes fourreaux permet de lutter contre l'insuffisance veineuse.

Les modelages

• Modelage ZEN
Modelage relaxant de l'arrière du corps

• Modelage des jambes
Modelage drainant des jambes

• Modelage du dos
Modelage décontractant du dos

• Kansu
Massage de la voûte plantaire à l'aide d'un bol et de Ghee (beurre clarifié) d'origine indienne ; en éliminant l'élément feu en excès dans le corps qui consomme notre vitalité, ce massage traite les insomnies, les états de stress et d'anxiété.

Séances en salle

• Cours de Pilates
Méthode douce de renforcement des muscles profonds pour corriger l'alignement du corps.

• Atelier De Gasquet
Séance d'apprentissage des fondamentaux de la méthode De Gasquet : réduire le périnée et le dos tout en les protégeant, se remuscler.

Soins en bassin d'eau de mer chaude

• Aquabiking
Séance dynamique et coachée : les exercices réalisés sur le vélo mobilisent les articulations, stimulent la circulation des jambes et renforcent les systèmes cardiaque et respiratoire.

• Aquagym
Séance coachée basée sur des exercices réalisés avec ou sans matériel qui renforcent la tonicité de tous les muscles du corps et améliorent la coordination.

• Aqua-respiration
Séance coachée qui vise à prendre conscience de la respiration dans toutes les parties du corps afin de libérer les tensions musculaires et le stress.

• Piscine dos / Aqua-dos
Séance de renforcement des muscles du dos associée au gainage abdominal.

• Piscine souplesse / Aqua-souplesse
Séance d'exercices lents pour améliorer l'amplitude de toutes les articulations.

• Piscine De Gasquet
Séance d'exercices doux basée sur la méthode De Gasquet appréhendée lors de l'atelier : auto-grandissement, respiration, renforcement musculaire.

• Jets marins
Séance coachée d'automassage du corps devant des jets pour drainer, assouplir les articulations.



Soins experts

- Bilan nutritionnel
La diététicienne effectue une mesure d'impédancemétrie (calcul des pourcentages de masse grasse, musculaire, hydrique, indice de graisse viscérale et métabolisme de base)
Elle conseille ensuite un rééquilibrage alimentaire selon les résultats.

- Cryothérapie
Le corps entier (sauf la tête) est exposé dans un caisson à du froid intense (entre -156 et -196 degrés) pendant 3'.
La libération des endorphines provoque des effets hormonaux et biochimiques qui soulagent des douleurs, améliorent le sommeil et agissent comme un puissant stimulateur psychique.

- Entretien Fleurs de Bach
La conseillère identifie le déséquilibre émotionnel et prépare ensuite une composition d'élixirs floraux, de 1 à 7 fleurs afin de le rééquilibrer.

- La luxthérapie
Une exposition de 45' à une lampe de forte intensité (5000 à 10000 lux) provoque une régulation de la fabrication de la mélatonine dans l'hypothalamus. Ce soin permet de remettre l'horloge biologique à l'heure et de régler le rythme de veille et sommeil.

- Relaxation immersive en Réalité Virtuelle
Installée confortablement dans un fauteuil dans une salle multi-sensorielle, la personne est équipée d'un casque de Réalité Virtuelle qui dispense des contenus visuels naturels en 360°. Un son d'environnement et une musique légère sont diffusés. Un guidage par une sophrologue complète l'efficacité de la séance ; dès les 5 premières minutes, on est transporté dans une grande déconnexion du quotidien, l'esprit est plus clair et l'apaisement s'installe.

Séances en extérieur

- Marche dynamique progressive
Marche coachée en extérieur pour renforcer le système cardiaque et l'oxygénation du corps.
Les éléments tels que le sable, les marches d'escalier, les dénivelés, permettent une progression de difficulté sur la semaine.

Une équipe de professionnels diplômés à votre

écoute

Kinésithérapeutes
Diététicienne
Hydrothérapeutes
Spa praticiennes
Éducateurs sportifs
Ostéopathe
Sophrologue
Conseillère en fleurs de bach
Hôtesse d'accueil

Certaines affections non ou mal stabilisées par un traitement, nécessitent l'avis du médecin, en particulier les pathologies ci-dessous.

Contre-indications thérapeutiques à la thalassothérapie :
Allergies à l'iode, affections endocriniennes, déficiences immunologiques générales, affections cardio-vasculaires, affections vasculaires récentes, maladies infectieuses, maladies de la peau, affections cancéreuses, troubles psychiatriques.




Certificat médical demandé pour les programmes de 4 jours et plus.

* Nos prix s'entendent nets TTC en euros, par personne, hors taxe de séjour, sous réserve de disponibilité.
* Programme sous réserve de disponibilité.
* Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.

Restons *ent*lien

www.emeradinard.com

Pour la réservation en ligne de vos séjours, journées, soins...
Vous y trouvez également tous nos bons plans web.

Réseaux sociaux   
Sur facebook : emeradinard
Sur instagram : emeradinard

Plus d'informations au **02 99 16 78 10**
du lundi au vendredi de 9h à 19h, le samedi de 9h à 18h30 et le dimanche de 9h à 17h30.



FORSTYLE
HOTELS COLLECTION



Créateurs d'instant mémorables

FORSTYLE HOTELS COLLECTION, une vocation, celle d'offrir une expérience hôtelière de haute qualité à tous les voyageurs en quête de bien-vivre. Chaque établissement est une destination à part entière, une identité forte et singulière, minutieusement choisie pour plonger chaque convive dans l'atmosphère unique d'une ville ou d'un quartier. **FORSTYLE**, c'est une nouvelle génération d'hôteliers, la promesse de vivre une expérience empreinte d'émotions définie par le caractère de sa destination. Que vous soyez à Paris, Pornic ou Dinard, tout est fait pour vous sentir bien, comme dans un cocon. Dans les hôtels **FORSTYLE**, on vibre au rythme de l'instant, on profite de lieux de rencontre, de lieux de vie où l'on crée ensemble des moments mémorables.



Situé au Sud de la Bretagne en Loire Atlantique, ALLIANCE PORNIC HÔTEL THALASSO & SPA**** s'inscrit au cœur d'une crique protégée de sable fin. L'authenticité d'un lieu ouvert sur l'océan aux 120 chambres et espace Thalasso & Spa.

www.thalassopornic.com



L'hôtel PARISTER**** situé à Paris - 9ème, impose avec ses 45 chambres une vision inédite de l'hôtellerie parisienne. Dans son décor architectural où le classique est confronté à d'audacieuses touches modernes, l'épicurisme est une religion.

www.hotelparister.com



Du haut d'une avancée verdoyante, face à l'île de Cézembre et la baie de Saint-Malo, l'EMERIA HÔTEL THALASSO & SPA**** de Dinard est une adresse unique avec 170 chambres et un espace Thalasso & Spa pour des séjours iodés et tonifiants.

www.emeradinard.com

Retrouvez plus d'informations sur nos Collections sur www.forstyle-hotels.com



www.emeriadinard.com

by Forstyle Hôtels Collection

www.forstyle-hotels.com

Renseignements et réservations

Tél. 02 99 16 78 10

contact@emeriadinard.com

EMERIA

1 Avenue du Château Hébert

35 800 Dinard

Tel. 02 99 16 78 10

