

Le Domaine du Somail

Auvergne

Le Somail



Tout près du Canal du midi, au cœur de l'Aude cathare, le Domaine du Somail, niché dans les vignes, est une escale de choix en Languedoc Roussillon. Dans un cadre propice à la détente, le Domaine du Somail invite à découvrir un spa haut de gamme, qui se distingue notamment par sa cure "Pause santé". Soins variés et massages de qualité composent cette cure qui offre également un suivi diététique très pointu, avec des conseils pendant et après le séjour, afin d'en prolonger les bienfaits.

Situé à 85 km de l'aéroport de Perpignan-Rivesaltes et à 95 km de l'aéroport de Montpellier, le spa du Domaine du Somail jouit d'une situation privilégiée à proximité de Narbonne et de ses plages ensoleillées.

Le Canal du Midi, et autres beautés

Classé patrimoine mondial de l'Unesco, le Canal du Midi est une merveille qui fascine par son romantisme. Charmantes bourgades, forteresses et citadelles cathares, abbayes réputées font partie des nombreuses autres richesses qui entourent le Domaine du Somail.

Le spa au Domaine du Somail

L'espace bien-être du Domaine du Somail s'étend sur une surface de 220 m². Il comprend plusieurs salles de massage, salles de repos, ainsi qu'un hammam et un sauna, accessibles librement entre les soins. Ici, une équipe professionnelle et attentive reçoit les curistes pour leur faire découvrir sur six jours la cure "Pause santé", un programme très intense comprenant plusieurs soins.

Elaborée en collaboration avec le Docteur Jean-Paul Curtay, spécialiste de la nutrithérapie, elle est destinée notamment à rééquilibrer et renforcer l'énergie corporelle, et consiste à apprendre à vivre mieux, plus longtemps. Des conseils alimentaires sont prodigués au cours du programme et des recommandations "post-cure" avec un récapitulatif du séjour "pause santé" sont fournis au curiste pour l'aider à prolonger efficacement les bienfaits des traitements. Enfin, la pension complète fait partie intégrante de la cure et comprend des repas élaborés exclusivement à partir de produits bio.



Tarifs et réservations sur : www.allo-thalasso.com

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : somail@allo-spa.com



Le Domaine du Somail 3***

Espace et lumière caractérisent le Domaine du Somail*** qui s'étend de plain pied au cœur de trois hectares de verdure. Ses 80 chambres avec baie vitrée allient confort moderne et ambiance cosy, et offrent toutes une vue reposante sur la nature. Une cuisine familiale et des buffets à thème sont proposés au restaurant de l'hôtel. Bar, salon, piste de danse permettent aux résidents de passer des soirées agréables et diverses animations sont organisées tout au long de la journée.

Côté loisirs, piscine, tennis, badminton, boulodrome et terrain de beach-volley sont accessibles à toute heure et des balades "découverte" offrent de visiter les alentours comme le célèbre Canal du Midi.

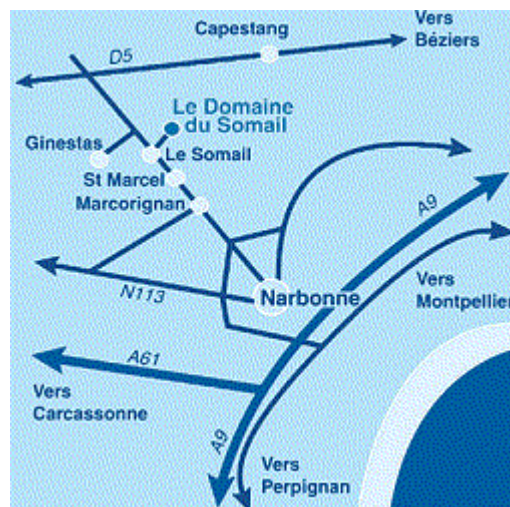
● Action Carbone

Ce centre est inscrit au programme Action Carbone dans le cadre de la convention signée entre Allô Thalasso et Yann Arthus Bertrand de l'association GoodPlanet, destiné à compenser les émissions de gaz à effet de serre liées aux déplacements de ses clients.

Carnet de route

Voiture : Autoroute A9, sortie Narbonne sud. Tout droit après le péage et direction Béziers, puis direction Marcorignan, St Marcel et le Somail sur la D607.

Avion : Aéroport Perpignan – Perpignan-rivesaltes – 85 km. Aéroport Mauguio – Montpellier-méditerranée – 98 km. Train : Gare de Narbonne – 14 km.



Tarifs et réservations sur : www.allo-thalasso.com

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : somail@allo-spa.com



Allô Thalasso Voyages

Tarifs et réservations sur : www.allo-thalasso.com

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : somail@allo-spa.com

Les Cures

La pause Yang-tseu

Lundi : Arrivée dans l'après-midi, accueil, visite du centre et installation.

- Accès à l'espace zen et séances sauna et hammam
- Dîner BIO

Mardi :

- Petit déjeuner bio
- Cours collectif de Qi Gong ou Chi Ball par des mouvements lents et des techniques respiratoires, il permet d'accroître, de renforcer et d'équilibrer l'énergie corporelle.
- Pause
Atelier Nutrition bien-être : permettent d'accéder aux pratiques de nutrithérapie (alimentation - santé - longévité).
- Déjeuner BIO
- Temps libre
- Atelier collectif auto-massage
- Massage personnalisé
- Accès à l'espace zen et séances sauna et hammam
- Soirée libre
- Dîner BIO en supplément

Mercredi :

- Petit déjeuner bio
- Cours collectif de Qi Gong ou Chi Ball
- Pause
- Atelier Nutrition bien-être
- Déjeuner BIO
- Atelier Respiration/gestion du stress
- Atelier collectif réflexologie plantaire
- Massage personnalisé
- Accès à l'espace zen et séances sauna et hammam
- Soirée libre
- Dîner BIO en supplément

Jeudi :

- Petit déjeuner BIO
- Ateliers « premiers pas » Démonstration produits BIO, ouvrages ou DVD recommandés



Allô Thalasso Voyages

Tarifs et réservations sur : **www.allo-thalasso.com**

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : somail@allo-spa.com

La pause Haïku

Vendredi:

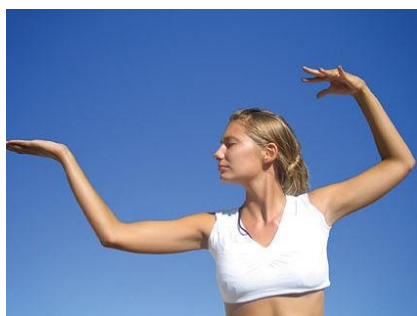
- Arrivée dans l'après-midi, accueil, visite du centre et installation.
- Accès à l'espace zen et séances sauna et hammam
- Dîner BIO

Samedi:

- Petit déjeuner bio
- Cours collectif de Qi Gong ou Chi Ball par des mouvements lents et des techniques respiratoires, il permet d'accroître, de renforcer et d'équilibrer l'énergie corporelle.
- pause
- Atelier Nutrition bien-être : permettent d'accéder aux pratiques de nutrithérapie (alimentation - santé - longévité).
- Déjeuner BIO
- Temps libre
- Massage personnalisé (réflexologie plantaire ou Tui-na)
- Accès à l'espace zen et séances sauna et hammam
- Soirée libre
- Dîner BIO

Dimanche:

- Petit déjeuner bio
- Accès à l'espace zen et séances sauna et hammam



Allô Thalasso Voyages

Tarifs et réservations sur : **www.allo-thalasso.com**

Tél : 01 53 21 86 11 - Fax : 01 53 21 86 13 – Email : somail@allo-spa.com