





Ouvert tous les jours de 9h00 à 21h00
(dernier soin à 19h00)

L'accès aux Thermes Marins de Carthage
est réservé aux personnes âgées
de plus de 15 ans.

Le Hammam est ouvert de 9h00 à 21h00,
avec un accès réservé exclusivement
pour les femmes jusqu'à 14h00,
puis mixte de 14h00 à 21h00.

*Open every day from 9 am to 9 pm
(last appointment at 7 pm)*

*Children under 15 are not allowed into
Les Thermes Marins de Carthage.*

*The hammam is open from 9 am to 9 pm,
with exclusive access for women up to 2 pm,
and for men and women from 2 pm to 9 pm.*

Cette luxueuse Thalasso-Spa de 4 000 m² (totalement intégrée à l'hôtel) offre 30 salles de soins, 6 cabines de spa Darphin, un hammam oriental, 2 patios de repos et une majestueuse coupole abritant une piscine ludique d'eau de mer dont les larges baies vitrées s'ouvrent sur de luxuriants jardins. Disposant d'un matériel ultra-performant et d'une équipe accueillante de spécialistes multilingues (médecins, hydrothérapeutes, physiothérapeutes, kinésithérapeutes, professeurs d'éducation physique), Les Thermes Marins de Carthage procurent des conditions optimales pour se détendre et se ressourcer en une heure... ou au cours d'une cure de six jours.

Occupying 4000 m², this luxurious Thalasso-Spa (an integral part of the hotel) offers 30 treatment rooms, 6 Darphin spa rooms, an oriental hammam, 2 patios for relaxation and a majestic cupola sheltering an enchanting sea-water swimming pool with wide bay-windows opening onto luxuriant gardens. Offering state of the art equipment and an attentive team of multi-lingual specialists (doctors, hydrotherapists, physiotherapists, chiropractors, physical education instructors), Les Thermes Marins de Carthage provides ideal conditions to relax and revitalize oneself for an hour... or for a 6 days programme.



Quelques conseils pour votre confort

Une clé de vestiaire vous sera remise à la réception des Thermes Marins de Carthage. Vous trouverez dans chaque vestiaire, un peignoir, une serviette de bain et des sandalettes. Vous pouvez arriver directement en peignoir depuis votre chambre, des serviettes de bain vous seront remises au centre. Fumer ou utiliser son téléphone portable sont interdits au sein du centre.

Réservation

Tous les rendez-vous peuvent être pris à la réception des Thermes Marins de Carthage ou en composant le 2 depuis votre chambre. Nous vous conseillons d'arriver 15 minutes avant le début du soin afin de vous relaxer au sauna, au hammam ou à la piscine intérieure chauffée à 31°C. Si vous désirez changer ou annuler votre rendez-vous, nous vous demandons de bien vouloir nous avertir au moins une demi-journée à l'avance afin de bénéficier d'une annulation gratuite.

Some advice to make your stay more enjoyable

Locker keys will be given to you at the reception of Les Thermes Marins de Carthage. In each locker you will find a dressing-gown, towel and slippers. You may come directly from your room in your dressing-gown, towels will be given to you at the centre. Smoking or using mobile phones are forbidden in the centre.

Reservation

All appointments can be made at the reception of Les Thermes Marins de Carthage or by dialling 2 from your room. We advise you to arrive 15 minutes before the start of your treatment so that you may relax in the sauna, hammam or the interior swimming-pool, heated to 31°C. If you wish to cancel or change your appointment, we request you to do so at least half a day in advance in order to benefit from a free cancellation.

ANTI-STRESS - ANTI-STRESS

Bain Multi-jets

0h20 • 60 Dinars

Multi-jet Bath

Hydro-massage réalisé par des jets multiples d'eau de mer.

Hydro-massage using multiple sea-water jets.

Modelage sous Affusion

0h20 • 65 Dinars

Effusion Shower with Massage

Massage relaxant pratiqué sous une pluie d'eau de mer.

A relaxing massage done under a light shower of sea water.

Gommage & Massage

0h55 • 120 Dinars

Scrubbing & Massage

Gommage appliqué sur l'ensemble du corps pour éliminer en douceur les cellules mortes et les impuretés de la peau. Ce soin se poursuit par un massage aromatique.

This purifying exfoliation is applied to the entire body gently eliminating dead cells and skin impurities. This is followed by an aromatic massage.



Massage Relaxant ou Tonifiant

0h25 • 70 Dinars

Relaxing or Tonic Massage

0h50 • 110 Dinars

L'éveil olfactif par l'usage d'huiles essentielles durant ce massage procure une profonde détente mentale et musculaire.

Full body massage using essential oils to ease tension, relieve stress and produce a general state of well being.

Massage "The Residence" à 4 Mains

0h50 • 150 Dinars

"The Residence" Four-Handed Massage

Ce massage aromatique est réalisé par deux thérapeutes experts en ce soin. Un moment indéniablement relaxant.

This aromatic massage is done by two skilled therapists. A wonderfully relaxing experience.

Enveloppement aux Huiles Essentielles sur lit flottant

0h20 • 75 Dinars

Envelopment in Essential Oils on a floating bed

Après une application d'huiles essentielles sur tout le corps, vous êtes enveloppé dans une couverture remplie d'eau chaude offrant une divine sensation de flottement.

After an application of essential oils on the entire body, you are enveloped in a hot water blanket providing a wonderful floating sensation.

Réflexologie Plantaire

0h50 • 110 Dinars

Foot Reflexology

Stimulation par des pressions sur les zones réflexes de la plante des pieds créant un flux énergétique positif. La circulation sanguine est relancée, le stress et les tensions s'effacent.

A pressure point massage applied to various zones on the feet to stimulate energy, reduce stress and improve circulation.

MINCEUR - RÉTENTION D'EAU - CIRCULATOIRE
SLIMNESS - WATER RETENTION - CIRCULATION

Massage Anti-cellulite
Anti-cellulite Massage

1h • 130 Dinars

Une efficace combinaison de techniques de massage et d'huiles essentielles pour décoller les graisses et affiner la silhouette.

An effective combination of massage and essential oils which break down fat and trim the body.

Enveloppement aux Algues
Seaweed Wrap

0h20 • 75 Dinars

Application d'algues chaudes sur tout le corps et sudation dans un caisson à vapeur avec élimination des toxines et reminéralisation.

Application of warm seaweed over the entire body and perspiration in a steam box to eliminate toxins.

Drainage Lymphatique Corps
Lymphatic Drainage of the Body

1h • 130 Dinars

Drainage Lymphatique Jambes
Lymphatic Drainage of the Legs

0h30 • 70 Dinars

Massage très lent effectué manuellement avec des pressions régulières pour drainer le circuit lymphatique.

Slow, soothing, manual massage with regular pressure to drain the lymphatic circuit.



Endermologie (Cellu M6®)

0h25 • 70 Dinars

Endermology (Cellu M6®)

Massage mécanique de type palper-rouler avec effet drainant et anti-cellulite.

Massage using a squeeze and roll machine to help drainage and break down fats.

VIP Complex®

0h30 • 85 Dinars

VIP Complex®

Electro-stimulation mécanique sur la graisse diffuse ou localisée. Idéal pour la réduction des adiposités, la tonification des muscles et des tissus, le remodelage des seins.

Manual electro-stimulation on local or general fat. Ideal for the decrease of adipose fat, toning of muscles & tissues, remodelling of the bust.

Mésothérapie Anti-cellulite

0h30 • 100 Dinars

Anti-cellulite Mesotherapy

Petites injections sous-cutanées indolores de produits naturels dans le cadre du traitement de la cellulite.

Tiny pain-free injections of natural products for the treatment of cellulite.

ANTI-ÂGE - ANTI-AGING

Mésothérapie du Visage

0h30 • 100 Dinars*

Facial Mesotherapy

*Non inclus : les produits entre 350 & 500 Dinars par seringue selon la quantité utilisée.

**Not included: the cost of the products between 350 & 500 Dinars one syringe according to the quantity used.*

Ce soin permet, grâce à l'injection d'acide hyaluronique, de restituer une beauté naturelle et durable. Une fois injecté, ce produit retient l'eau et persiste généralement durant des mois dans les tissus (de 6 à 18 mois selon les personnes).

This treatment using injections of hyaluronic acid restitute a natural and durable beauty. Once injected, this product retains water and generally continues to react for months in the skin tissues (can last from 6 to 18 month according to the person).

Méso-Lift

0h30 • 100 Dinars*

Meso-Lift

*Non inclus : le coût du produit (200 Dinars).

**Not included: the cost of the injected product (200 Dinars).*

Ensemble de micro-injections d'un cocktail d'hydrosol poly-vitaminé, associé à une faible quantité d'acide hyaluronique pour donner un coup d'éclat à votre visage le faisant paraître plus jeune, lumineux et tonique.

A number of micro-injections consisting of a cocktail of multi-vitamins hydrosol combined with a small quantity of hyaluronic acid, giving sparkle to your face and making it appear younger, radiant and toned.

VIP Complex®

1 soin : 105 Dinars - 7 soins / 5 jours : 630 Dinars

VIP Complex® 1 treatment: 105 Dinars - 7 treatments / 5 days: 630 Dinars

Action régénératrice et stimulante des micro-courants sur les fonctions de la peau pour augmenter la production du collagène et d'élastine.

Regenerates and stimulates using micro-currents on face muscles to increase the production of collagen and elasticity.

SOINS AU HAMMAM - TREATMENTS IN THE HAMMAN



Gommage du Corps au gant de Kessa

0h20 • 45 Dinars

Body Scrubbing with Kessa glove

Préparation de la peau au hammam avec un gant spécifique, pour éliminer les cellules mortes et stimuler la circulation sanguine.

Preparation of the skin in a hammam with a special glove to eliminate dead cells and stimulate blood circulation.

Enveloppement au Henné

0h30 • 50 Dinars

Henné Body Wrap

Cet enveloppement réalisé sur tout le corps apporte un effet "peau halée".

This body envelopment produces a natural effect of sun-tanned skin.

Enveloppement au Tfal et à l'Eau de Rose

0h30 •

50 Dinars

Body Wrap in Tfal and Rose Water

Ce soin traditionnel permet de purifier et d'adoucir le grain de la peau afin de la rendre divinement satinée.

This traditional treatment purifies and softens the skin making it divinely satin to the touch.



SPÉCIAL DOS - BACK THERAPY

Massage du Dos & des Trapèzes

0h25 • 65 Dinars

Back and Trapeziium Massage

Massage musculaire du dos, de la nuque et des trapèzes pour les libérer de leurs tensions.

A massage of the back, neck and trapeziium muscles to free them of all tension.

Mésothérapie du Dos

0h30 • 100 Dinars

Back Mesotherapy

Petites injections sous cutanées indolores d'anti-inflammatoires dans le cadre du traitement du mal de dos.

Tiny pain-free injections of anti inflammatory products for the treatment of back pain.



SOINS VENUS D'ASIE - ASIAN TREATMENTS

Massage Abhyanga *Abhyanga Massage*

0h55 • 140 Dinars

Massage de l'ensemble du corps à l'huile de sésame chaude à visée relaxante pour combattre stress et surmenage.

Full body massage using warm sesame oil for relaxation and to relieve stress and fatigue.

Massage Padabyanga *Padabyanga Massage*

0h40 • 110 Dinars

Massage des pieds avec un bol, précédé par un massage manuel pour combattre stress et excès d'activités cérébrales.

Foot massage with a bowl, preceded by a manual massage to relieve stress and overactive neurons.

Massage Balinais *Balinese Massage*

0h55 • 130 Dinars

Massage puissant et profond associant des techniques énergétiques de digi-puncture et des pressions glissées à l'huile de noix de coco pour combattre stress et fatigue.

A powerful massage using an energetic digital-puncture technique with coconut oil to relieve stress and fatigue.

Massage Vishesh à 4 Mains *Vishesh Massage with 4 Hands*

0h40 • 130 Dinars

Massage du corps tonifiant et dynamisant, à l'huile de sésame chaude pratiqué par deux masseurs.

A full body massage done by two masseurs using warm sesame oil. Tonic and revitalizing.

ÉVASIONS - ESCAPES

Evasion Thalassothérapie

2h30 • 250 Dinars

Thalassotherapy Escape

Ce forfait inclut 4 soins à choisir parmi :

- Gommage corporel
- Bain ou une douche multi-jets au choix (hydromassage)
- Enveloppement général aux algues ou douche à jets
- Massage corporel

This program includes a choice of 4 beauty rituals:

- *Preparation for treatments (body scrub)*
- *Multi-jet bath or Multi-jet shower*
- *Seaweed body wrap or multi-jet shower*
- *Full body massage*

Evasion Orientale

2h30 • 250 Dinars

Oriental Escape

Ce forfait inclut 4 soins traditionnels de beauté orientale :

- Gommage du corps au gant de Kessa (après hammam)
- Enveloppement au tfal et à l'eau de rose
- Bain marin à l'eau de fleurs d'oranger
- Massage corporel aux huiles essentielles de fleurs d'oranger

This program includes 4 oriental beauty rituals:

- *Body scrubbing with Kessa glove (after hammam)*
- *Body wrap in tfal and rose water*
- *Neroli water bath*
- *Full body massage with neroli essential oils*

LES CURES DE THALASSOTHÉRAPIE

THALASSOTHERAPY PROGRAMMES

Toutes nos cures sont basées sur des programmes de 6 jours et incluent une visite médicale.

All the programmes are based on 6 days and include one medical visit.

Sérénité - 21 Soins

Serenity -21 Treatments

1 340 Dinars

Cette cure, dédiée au bien être du corps et de l'esprit, a été spécialement conçue pour apporter le meilleur des bienfaits de la thérapie marine, chasser efficacement le stress accumulé et retrouver harmonie et sérénité.

- 1 gommage corps
- 2 bains
- 3 enveloppements aux algues
- 3 enveloppements aux huiles essentielles
- 2 massages corporels (45 min.)
- 1 massage local (30 min.)
- 2 modelages sous affusion
- 2 endermologie Cellu M6®
- 2 douches à paume ou à jets
- 3 séances de coaching

This treatment, dedicated to the well-being of the mind and body, has been especially conceived to give you the best of marine therapy to efficiently relieve stress and to retrieve harmony and serenity.

- 1 body scrub
- 2 baths
- 3 seaweed body wraps
- 3 body wraps in essential oils
- 2 full body massages (45 min.)
- 1 local massage (30 min.)
- 2 effusion showers with massage
- 2 endermology Cellu M6®
- 2 jet-spray showers
- 3 coaching sessions



Cure Anti-Cellulite Dr Blanchemaison - 21 Soins 2 137 Dinars
Dr Blanchemaison Anti-Cellulite Programme - 21 Treatments

Conçue en collaboration avec le Dr Philippe Blanchemaison, phlébologue depuis 20 ans, cette cure médicalisée anti-cellulite associe des traitements traditionnels à des soins innovants.

- 1 gommage au sel et huiles essentielles
- 3 séances d'aqua-cycle
- 3 massages musculo-facial
- 3 séances de gymnastique vasculaire active
- 2 applications minceur "Bermuda"
- 2 séances de mésothérapie
- 1 massage local minceur
- 2 enveloppements aux algues
- 2 drainages lymphatique des membres inférieurs
- 2 endermologie CelluM6®

This programme was specially developed in collaboration with Dr Philippe Blanchemaison, phlebologue specialist for the past 20 years. This anti-cellulite medical programme combines traditional and inovative treatments.

- 1 body scrub with salt and essential oils
- 3 aqua-cycle sessions
- 3 facial muscular massages
- 3 active vascular gymnastics sessions
- 2 "Bermuda" slimming applications
- 2 mesotherapy sessions
- 1 local slimming massage
- 2 seaweed body wraps
- 2 lymphatic drainage of the legs
- 2 endermology (Cellu M6®)



Spécial Dos - 27 Soins

1 670 Dinars

Special Back relief - 27 Treatments

Cette cure est consacrée au soulagement du mal de dos grâce à des applications d'algues, des massages, des soins de kiné-balnéothérapie et des séances de rééducation.

- 1 gommage corps
- 6 bains
- 2 enveloppements aux algues
- 2 enveloppements aux huiles essentielles
- 2 massages corporels (45 min.)
- 2 massages du dos (30 min.)
- 2 applications de boue sur le dos
- 2 séances de rééducation (30 min.)
- 2 séances de coaching
- 1 modelage sous affusion
- 2 douches sous-marine
- 3 mésothérapie du dos

This treatment is for the relief of back-aches by application of seaweed, massages, kinebalneotherapy and re-educative sessions.

- 1 body scrub
- 6 baths
- 2 seaweed body wraps
- 2 body wraps in essential oils
- 2 full body massages (45 min.)
- 2 back massages (30 min.)
- 2 applications of mud on the back
- 2 re-educative sessions (30 min.)
- 2 coaching sessions
- 1 effusion shower with massage
- 2 underwater shower
- 3 back mesotherapy

Plénitude - 20 Soins

1 650 Dinars

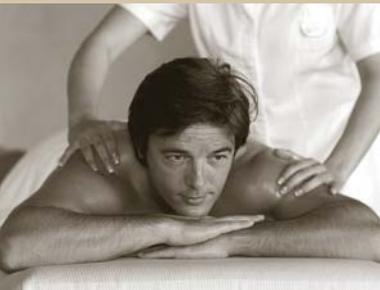
Plenitude - 20 Treatments

Cette cure s'adresse aux femmes qui souhaitent aborder sereinement le cap de la ménopause, afin que beauté, bien-être, forme et maturité se conjuguent en parfaite harmonie.

- 1 gommage corps
- 2 enveloppements relaxants aux huiles essentielles
- 2 enveloppements aux algues
- 4 massages corporels (45 min.)
- 2 douches sous marine
- 3 aquadrainages ou 3 séances de coaching
- 2 séances d'endermologie (Cellu M6®)
- 2 applications minceur "bermuda"
- 1 soin visage Darphin (60 min.)
- 1 soin corps Darphin (60 min.)

This cure is for women wishing to approach menopause serenely so that beauty, well-being, physical form and maturity are in perfect harmony.

- 1 body scrub
- 2 body wraps in relaxing oils
- 2 seaweed body wraps
- 4 full body massages (45 min.)
- 2 underwater showers
- 3 aquadraining or coaching sessions
- 2 endermology sessions (Cellu M6®)
- 2 "bermuda" slimming applications
- 1 Darphin facial (60 min.)
- 1 Darphin body treatment (60 min.)



Masculin Tonique - 21 Soins

1 725 Dinars

Tonic Man - 21 Treatments

Stress, fatigue, surmenage ... cette cure, déclinée au masculin, va vous permettre de libérer les tensions accumulées, de retrouver sérénité et harmonie, de faire le plein d'énergie et de vitalité.

- 1 gommage corps
- 2 enveloppements aux algues
- 2 enveloppements aux huiles essentielles
- 3 massages corporels (45 min.)
- 1 douche sous marine
- 3 bains
- 2 douches à jets
- 1 application de boue sur le dos
- 1 modelage sous affusion
- 1 soin corps Darphin (60 min.)
- 1 soin visage Darphin (60 min.)
- 3 séances de coaching (60 min.)

Stressed, fatigued, burn out ... This treatment, specifically designed for men, will relieve accumulated tension, induce serenity and harmony and revitalize your entire body.

- 1 body scrub
- 2 seaweed body wraps
- 2 body wraps in essential oils
- 3 full body massages (45 min.)
- 1 underwater shower
- 3 baths
- 2 jet-spray showers
- 1 mud application on the back
- 1 effusion shower with massage
- 1 Darphin body treatment (60 min.)
- 1 Darphin facial (60 min.)
- 3 coaching sessions (60 min.)







The Residence Tunis

2070 La Marsa - Les Côtes de Carthage - Tunisie
Tel: +216 71 910 101- E-mail: info-tunis@theresidence.com
www.theresidence.com

