

CURE TONUS 6 JOURS

27 soins et activités pour se remettre à l'activité physique et évacuer stress et tensions musculaires.

CURE DE BOISSON

- 6 jours de boisson : avant chaque repas, un verre d'eau thermale de Brides-les-Bains.

SOINS THERMAUX INDIVIDUELS

11 soins à l'eau thermale de Brides-les-Bains :

- 3 modelages sous affusion
- 3 hydroxeurs
- 3 bains hydromassants
- 2 douches au jet

ACTIVITÉS PHYSIQUES

- 6 jours d'activités physiques encadrées, 8 thèmes de cours collectifs et 1 circuit cardiotraining
- 6 séances d'aquagym dans la piscine d'eau thermale de Salins-les-Thermes, drainante, naturellement chaude, antidouleur et reminéralisante
- Accès à la piscine de plein air jouxtant le spa du 1er juin au 10 septembre

MASSAGES ET ENVELOPPEMENTS

- 2 massages dispensés par un kinésithérapeute diplômé (30 mn)
- 2 enveloppements d'argile

SPA DÉTENTE

- avant, après les soins, en accès libre : salle de repos, hammam, bain de vapeur aux plantes, bain de vapeur aromatique, sauna, douches glacées, jacuzzis intérieur et extérieurs, tisanerie, terrasse bain de soleil...