

CURE 3 JOURS PARENTHÈSE THERMALE

Un break ressourçant qui se concentre sur les soins du corps pour produire un lâcher-prise physique et mental.

Une escale thermique pour faire peau neuve et retrouver son énergie.

TARIF - 310€

Les + du séjour

- 1 massage par un kinésithérapeute diplômé (30 min)
- 1 modelage détente Sothys

Nouveau en 2018

+ d'activités minceur et mieux-être

Espace d'Activités Physiques de 300 m²
Espace Nutrition de 600 m²

+ de plaisir et de confort

Couloir de nage de 25 m de long,
bassin ludique de 18 m de long
de l'Espace Aquatique



“ Le temps d'un break, venez découvrir les trésors de Brides-les-Bains pour plonger dans une vraie détente. ”

LAETITIA NANTET, RESPONSABLE
DU GRAND SPA THERMAL

LE PROGRAMME COMPLET · Plus de 10 soins et activités mieux-être

Soins à l'eau thermale

- 3 jours de cure de boisson d'eau thermale de Brides-les-Bains, dépurative et coupe-faim
- 3 soins thermaux individuels :
1 modelage sous affusion
2 douches au jet

Massages corps

- 1 massage de Brides aux actions drainantes, anticellulitiques et relaxantes avec un kinésithérapeute diplômé (30 min)

Autres soins corps

- 1 enveloppement d'algues amincissant
- 1 modelage détente Sothys (30 min)

Activités physiques et de mieux-être

- 1 cours d'aquaforme encadré dans un bassin dédié
- 3 jours d'activités physiques encadrées : 11 thèmes de cours collectifs et 1 circuit de cardiotraining

→ EN ACCÈS LIBRE pendant toute la durée de la cure

Activités de détente

- Couloir de nage de 25 m de long, bassin ludique de 18 m de long de l'Espace Aquatique
- Espace Détente du Grand Spa Thermal
- Grands Bains de Salins et leurs cours d'aquagym
- Piscine de plein air jouxtant le spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2018)

Activités nutritionnelles

- 1 à 2 conférences nutritionnelles par jour
- 1 à 2 démonstrations de cuisine par semaine > animées par une diététicienne