

# SÉJOUR AMPLITUDE • 6 jours

Votre liberté de mouvements



Je veux évacuer les tensions

J'ai besoin de retrouver un bien-être physique

J'ai des douleurs liées à ma posture

## LE PROGRAMME COMPLET

### SOINS À L'EAU THERMALE

- **6 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **7 soins thermaux individuels**
  - 2 massages sous affusion avec un masseur bien-être
  - 3 bains aérojet
  - 2 bains jet massant
- **3 étuves locales** mains/pieds à la vapeur d'eau thermale

### AUTRES SOINS CORPS

- **3 enveloppements d'argile** de 20 min
- **2 massages détente musculaire** de 30 min avec un masseur bien-être

### ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **3 séances d'aquaforme encadrées** dans un bassin dédié
- **6 jours d'activités physiques encadrées** : 12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

TARIF : 805€ les 6 jours

+ de 31 soins et activités

SPÉCIAL  
ARTICULATIONS

### ACTIVITÉ NUTRITIONNELLE

- **1 atelier nutritionnel** d'1h30 au choix

### ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE pendant toute la durée du séjour

#### Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1<sup>er</sup> juin au 10 septembre 2024)

#### Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

### Autres prestations nutritionnelles disponibles à la carte

- **Entretien nutritionnel** • 45 min • 58 €
- **Suivi postcure (nouvelle formule)** 72 € pour 6 mois
- **Bilan de composition corporelle par impédancemétrie** • 20 min • 25€
- **Forfait 1 entretien et 1 bilan de composition corporelle** • 65 €

Nouveau