

CURE BOOSTER 6 JOURS

Pour conforter sa démarche d'amincissement, la cure Booster est la réponse.

Cette formule se concentre sur les soins corporels et notamment le massage de Brides, le must pour déloger les capitons...

Ce programme intègre aussi toutes les nouvelles activités du Grand Spa Thermal afin d'adopter un rythme de vie plus actif.

TARIF · 770€

Nouveau en 2018

+ de minceur et de mieux-être

Initiation respiration en pleine conscience
Cours de yoga
Cours d'aquaforme
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



“ Vous avez déjà débuté votre amincissement et vous avez besoin de le dynamiser ? Les soins corporels, les activités physiques et la pension diététique des hôtels de Brides-les-Bains sont là pour vous soutenir. ”

LAETITIA NANTET, RESPONSABLE
DU GRAND SPA THERMAL

LE PROGRAMME COMPLET · Plus de 25 soins et activités minceur

Soins à l'eau thermale

- 6 jours de cure de boisson d'eau thermale de Brides-les-Bains, dépurative et coupe-faim
- 10 soins thermaux individuels :
2 modelages sous affusion
3 bains aérojet (hydroyeurs)
2 bains jet massant (bains hydromassants)
3 douches au jet

Massages corps

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

Autres soins corps

- 2 enveloppements d'algues amincissants

Activités physiques et de mieux-être

- Initiation à la respiration en pleine conscience pour une pratique en autonomie
- 3 cours d'aquaforme encadrés dans un bassin dédié
- 3 cours de yoga
- 6 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

Une équipe pluridisciplinaire pour délivrer les bons messages : hydrothérapeutes, kinésithérapeutes diplômés, éducateurs sportifs...