

LES PROGRAMMES SUR 3 SEMAINES

FIBRO-ALGIE: arthrose - syndromes fibromyalgiques et algiques

Fibro-Algie comprend:

- 9 prestations individuelles: entretiens avec une psychologue clinicienne, watsu (relaxation en piscine), soins personnalisés à Aquensis
- 8 séances collectives : éveil corporel, gym aquatique, relaxation, balade d'oxygénation ou atelier gestion de la douleur
- des prestations thermales adaptées à votre douleur

SERENI'THERM : surmenage - troubles anxieux (T.A.G) - troubles du sommeil

SérénitéTherm comprend:

- 5 prestations individuelles: entretiens avec une psychologue clinicienne, soins personnalisés à Aquensis
- 6 séances collectives: relaxation, ateliers sur la gestion du stress et des troubles du sommeil
- des prestations thermales adaptées à vos problèmes de stress et /ou de sommeil

OBJECTIF FORME: Maintien ou reprise d'une activité physique

Objectif Forme comprend:

- 7 prestations individuelles: entretiens avec l'infirmière et la diététicienne, soins de récupération
- 9 séances collectives: sorties accompagnées et cours collectifs
- un accès illimité aux appareils de cardio-training et de musculation d'Aquensis



Coupon de préinscription 2018

Nom : Prénom :

Tel : Dates de cure du..... au.....

Je souhaite réserver un programme :

- Fibro-Algie** (180€)
 SerenitéTherm (150€)
 Objectif Forme (150€)
- Cochez 2 ateliers au choix:**
 éveil corporel
 gestion de la douleur
 relaxation
- Forfait Zen** (80€)
 Forfait Relax (80€)
 Forfaits Zen + Relax (135€)

Je joins un chèque de 50€ d'arrhes* (à l'ordre de la SEMETHERM Dt) qui sera déduit du montant restant à régler à mon arrivée aux Grands Thermes.

Date :

Signature

* En cas d'annulation de cure ou de non disponibilité de rendez-vous pour ce programme, les 50 € d'arrhes vous seront intégralement remboursés.