

NOUVEAUTÉ 2020

PROTECT DOS

Mal de dos - Lombalgie

Programme de soins complémentaires à la Cure Thermale

Ce programme vous permet d'acquérir des conseils pratiques pour protéger au mieux votre dos et soulager vos douleurs.

4 PRESTATIONS INDIVIDUELLES

- **2 entretiens** en début et en fin de cure avec un kinésithérapeute
- **2 prestations à Aquensis** incluant l'accès 2h à l'Espace Détente (bassins, saunas, hammam, jacuzzis):

- *Au choix* : **bain thermal ou application de boue**
- **séance de lit d'eau**, massage par hydrojets

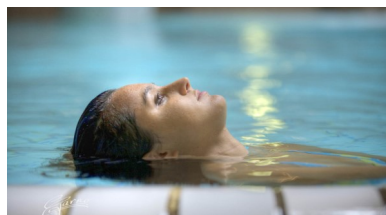
OFFERT

Accès illimité à l'espace
cardio-training
d'AQUENSIS

12 SEANCES COLLECTIVES

- **3 ateliers avec kiné*** conscience du schéma corporel, posture et gestes du quotidien
- **4 séances de gym spécifique*** renforcement musculaire + étirements en petit groupe avec coach afin d'adopter les bons mouvements.
- **2 séances d'aquagym spécifique** (renforcement + étirements)
- **3 marches actives***

* prévoir une tenue de sport



PRESTATIONS THERMALES

Pour répondre au mieux à votre pathologie, **vos massages seront spécifiquement adaptés au traitement de la douleur**:

- vos 9 massages sous l'eau de 10 mn vous sont proposés sous la forme de **6 massages de 20 mn** (ou 12 massages de 10mn, soit 3 massages supplémentaires).

Contenu non modifiable, les prestations non effectuées ne pourront pas faire l'objet d'un remboursement.

TARIF 2020: 190€

Les Grands Thermes
65200 Bagnères de Bigorre
05 62 95 00 23

Début de session exclusivement le 1er lundi de chaque mois

COUPON DE PRÉINSCRIPTION AU PROGRAMME PROTECT DOS

Nom : Prénom :

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

!/ Début de session uniquement le 1er lundi de chaque mois

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.