

NOUVEAUTÉ

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.

2 PRESTATIONS INDIVIDUELLES

- 2 entretiens bilans en début et en fin de cure avec un kinésithérapeute



OFFERT

Accès illimité à l'espace
cardio-training
+ 6 accès détente 2h
À AQUENSIS spa thermal

9 SEANCES COLLECTIVES

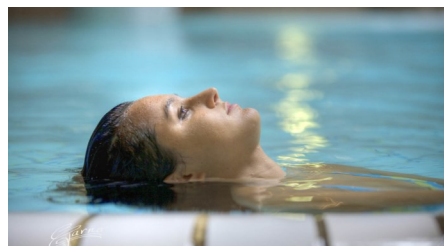
- 1 atelier (1h30)* les bons gestes et postures à adopter au quotidien.

- 3 séances de gym DOS* renforcement musculaire adapté + étirements en petit groupe (avec kiné ou intervenant APA)

- 2 séances d'aquagym spécifique (réentraînement à l'effort)

- 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 2021: 190€

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

Début du programme **UNIQUEMENT LE LUNDI**

COUPON DE PRÉINSCRIPTION AU PROGRAMME PROTECT DOS

Nom : Prénom :

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

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.