

Ma CURE LIBRE

# Ma cure rhumato

## NOUVEAUTÉS 2018

Je choisis une formule de 2, 5, 6 ou 12 jours de soins en rhumatologie :

1 SOIN D'APPLICATION DE BOUE THERMALE  
1 HYDRO-AÉROBAIN  
+  
2 soins au choix parmi les soins en rhumatologie suivants  
ETUVES  
HYDROJETS DU DOS  
DOUCHE DORSALE

<p><b>Cure 2 jours</b></p> <p>Une pause thermale de 2 jours pour découvrir la cure en rhumatologie, l'action relaxante des soins incontournables de Balaruc-les-Bains dont l'application de boue thermale.</p> <p><b>4 SOINS</b> jour</p> <p>155 €</p>	<p><b>Cure 5 jours</b></p> <p>Un véritable concentré de cure thermale. Profitez des bienfaits d'un séjour de cure pour soulager vos douleurs articulaires, maux de dos et rhumatismes</p> <p><b>4 SOINS</b> jour</p> <p>380 €</p>	<p><b>Cure 6 jours</b></p> <p>Une cure libre en rhumatologie en bénéficiant de la prescription médicale d'un médecin thermal pour un programme personnalisé</p> <p><b>4 SOINS</b> jour</p> <p>450 €</p>	<p><b>Cure 12 jours</b></p> <p>Une cure thermale bénéfique pour un maximum d'efficacité et un soulagement durable de ses douleurs.</p> <p><b>4 SOINS</b> jour</p> <p>790 €</p>
--	---	---	--

Ma CURE LIBRE

# Ma cure jambes légères

Je choisis ma cure en fonction de mon objectif :

**Cure détente**

Un programme de soins doux à base de jets et de bains en eau thermale, régulateurs de la micro-circulation cutanée, de massages décontractants en couloir de marche pour un soulagement immédiat

**6 jours de soins**

- 6 COULOIRS DE MARCHÉ
- 6 HYDROJETS DES JAMBES
- 3 HYDROJETS DU DOS
- 3 DOUCHES DE PULVÉRISATION DES MEMBRES
- 3 AÉROBAINS LOCAUX
- 3 SOINS DE COMPRESSES

**4 SOINS**  
jour

335 €

**Cure tonique**

Un programme de soins renforcé en jets et en compresses d'eau thermale pour décongestionner, activer la circulation et faciliter le retour veineux

**6 jours de soins**

- 6 COULOIRS DE MARCHÉ
- 6 HYDROJETS DES JAMBES
- 6 HYDROJETS DU DOS
- 3 DOUCHES DE PULVÉRISATION DES MEMBRES
- 3 AÉROBAINS LOCAUX
- 6 SOINS DE COMPRESSES

**5 SOINS**  
jour

415 €

**Cure intensive**

Un programme de soins complet à base de jets, de bains, pour optimiser le flux capillaire sanguin, drainer, en couloir de marche pour stimuler la voûte plantaire, à base de compresses d'eau thermale pour calmer les douleurs

**6 jours de soins**

- 6 COULOIRS DE MARCHÉ
- 6 HYDROJETS DES JAMBES
- 6 HYDROJETS DU DOS
- 6 DOUCHES DE PULVÉRISATION DES MEMBRES
- 6 AÉROBAINS LOCAUX
- 6 SOINS DE COMPRESSES

**6 SOINS**  
jour

490 €

## Bon plan Jolies jambes

J'ai envie de créer ma propre cure

*Je compose mon forfait de 2 à 5 jours  
3 soins par jour au choix*

LE COULOIR DE MARCHÉ  
HYDROJETS DU DOS  
HYDROJETS DES JAMBES  
LA DOUCHE DE PULVÉRISATION DES MEMBRES  
LE BAIN MASSANT DES JAMBES  
LE SOIN DE COMPRESSES

**2 JOURS**  
6 soins  
89 €

**3 JOURS**  
9 soins  
132 €

**4 JOURS**  
12 soins  
170 €

**5 JOURS**  
15 soins  
210 €

## Mes soins Santé-vous bien



### L'ostéopathie aquatique

C'est une association de deux thérapies naturelles pour plus d'efficacité dans le cadre d'une prise en charge holistique de la personne. Elle permet à chacun de développer son "capital vie" pour un mieux être au quotidien.



### Activité physique

Les activités physiques adaptées regroupent l'ensemble des activités physiques et sportives exercées à des fins de prévention, de réhabilitation, de rééducation, ou d'éducation. Avec un coach sportif, vous approcherez l'activité physique qui vous correspond afin d'en ressentir les bienfaits personnalisés que vous recherchez.



### Hypnologie

C'est une technique permettant de mettre une personne dans un état modifié de conscience dont l'objectif est d'accéder à un processus inconscient dans lequel le sujet devient plus réceptif aux idées et aux compréhensions.



### Réflexologie plantaire

Ce sont des pressions rythmées sur des zones réflexes du pied correspondant à des organes du corps. Ces acupressions des pieds et de la voûte plantaire permettent de localiser les tensions et de rétablir l'équilibre dans les parties du corps correspondantes.

### Sophrologie & Relaxation

La sophrologie nous invite à nous concentrer sur notre corps et notre esprit afin de relâcher les tensions et gommer les empreintes négatives de nos personnalités.

La relaxation vise la décontraction neuromusculaire, l'économie des tensions nerveuses, et la détente physique et psychique.



### Diététique

Quel que soit le thème abordé, en matière de diététique, la connaissance de l'équilibre et de la structure alimentaire joue un rôle fondamental dans le bien-vieillir. La nutrition demeure la base du maintien d'une bonne santé et garantit la longévité.

Retrouvez les tarifs des soins individuels et collectifs dans ma carte de soins (p 23).

Bénéficiez des avantages suivants :

Dès 400€ de soins achetés, nous vous offrons :

- Une séance à 60 € au choix
- Une entrée à la magie de l'eau de 2h pour 2 personnes au spa thermal O'balia
- Un produit cosmétique Thermaliv

Dès 550€ de soins achetés, nous vous offrons :

- Deux séances à 60 € au choix
- Deux entrées à la magie de l'eau de 2h pour 2 personnes au spa thermal O'balia
- Deux produits cosmétiques Thermaliv

## Ma carte de soins

### Hydrojets du dos

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Couloir de marche

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Hydrojets des jambes

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178 €

### Douche Dorsale

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Bain massant des jambes

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Douche de pulvérisation des membres

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Compresses

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Etuves

1 soin.....	19 €
3 soins.....	52 €
6 soins.....	97 €
12 soins.....	178€

### Application de boue thermique

1 soin.....	35 €
3 soins.....	97 €
6 soins.....	179€
12 soins.....	328€

### Hydro-aérobains

1 soin.....	35 €
3 soins.....	97 €
6 soins.....	179 €
12 soins.....	328€

### Douche aux jets

1 soin.....	29 €
3 soins.....	80 €
6 soins.....	148€
12 soins.....	271€

### SOINS SANTE-VOUS BIEN

#### Ostéopathie aquatique

2 séances (1 séance en cabinet et 1 séance dans l'eau).....	180 €
1 séance supplémentaire en eau.....	100 €

#### Réflexologie plantaire

1 séance.....	60 €
---------------	------

#### Hypnologie

1 séance.....	60 €
---------------	------

#### Diététique

1 conférence.....	7 €
1 consultation.....	70 €
2 consultations.....	130 €
3 consultations.....	180 €

#### Sophrologie / Relaxation

1 séance individuelle.....	60 €
1 séance de groupe.....	20 €

#### Activité physique adaptée

1 séance individuelle.....	60 €
1 séance de groupe.....	20 €