

# MINI-CURE SPORTIF NOUVEAU

Cette mini-cure de 5 jours associe les bienfaits de notre eau thermale aux vertus d'un programme sportif encadrée par notre coach sportif certifié. **Accessible à tous**, ce programme équilibré propose une remise en forme douce et adaptée à votre niveau.

## CONTENU DU PROGRAMME

### MATIN

*Du lundi au vendredi*

#### 4 soins thermaux quotidiens

- Enveloppement de boue
- Douche au jet
- Bains avec hydromassage
- Douche pénétrante

#### 2 massages avec kiné dans la semaine:

Massage sous l'eau (10 min)



### APRÈS-MIDI

*Lundi* de 16h00 à 17h00

**Salle de sport : Circuit de musculation et cardio, renforcement musculaire**  
**Accès 2h au SPA thermal**

*Mardi*

**Temps libre**

*Mercredi* de 13h30 à 17h30

**Marche nordique**

OU

**Course / trail**

OU

**Randonnée engagée**

*Jeudi*

**Temps libre**

*Vendredi* de 15h00 à 16h00

**Séance d'étirements**

**5 jours**

**395€**



*La mini-cure sportif est disponible :*

- du 9 mars au 15 mai,
- du 1er juin au 31 juillet,
- du 17 au 28 août,
- et du 5 au 30 octobre 2026.

