

## THERMALIES 2010 : LES TENDANCES DU BIEN-ETRE...



**PARIS, LE 15 OCTOBRE 2009** – Salon leader du bien-être par l'eau, les **Thermalies** se tiendront du **jeudi 21 au dimanche 24 janvier 2010 au Carrousel du Louvre**.

Les **Thermalies** permettent aux exposants de mettre en valeur leurs nouveautés ainsi que les points forts de leurs établissements, mais surtout de capter l'air du temps et les tendances en matière de bien-être. Quelques morceaux choisis...

### Un esprit serein dans un corps sain...

Lutter contre le stress, retrouver sa sérénité, garder la forme... sont des facteurs qui poussent les individus à faire une cure thermale ou de thalassothérapie. La recherche du mieux-être est omniprésente et les centres ont su adapter leurs techniques et leurs soins.

En Normandie, dans un écrin de verdure, les **Thermes de Bagnoles de l'Orne** sont un lieu particulièrement propice à la relaxation. En se basant sur les propriétés uniques de leur eau thermale, les Thermes de Bagnoles de l'Orne, avec le soutien d'experts médicaux, ont développé une toute nouvelle cure « **la cure Top 50** ». Elle s'adresse aux femmes d'une cinquantaine d'années abordant la ménopause, étape clé dans la vie d'une femme, qui génère souvent des troubles de l'humeur, une prise de poids, une modification de la silhouette, un inconfort physique et psychique intense... Pour retrouver une totale sérénité, le programme « Top 50 » se décline comme suit : bilan médical et programme de soins personnalisés, soins thermaux quotidiens accompagnés de massages, de séances d'aquagym, de modelages aux huiles essentielles, séances de gym préventive, de gym posturale, de gym silhouette, de footing ou de stretching, une conférence quotidienne sur les questions liées à la ménopause.

Le **Richelieu Thalasso Ile de Ré**, situé à 20 mètres de la mer, bénéficie d'un environnement exceptionnel, idéal pour profiter d'un séjour dans le plus grand calme. Entièrement repensée par les équipes du centre de thalassothérapie, **la cure « Sérénité »** est aujourd'hui l'un des must de l'établissement. Cette cure propose une véritable gestion du stress grâce aux bienfaits de l'eau de mer, aux huiles essentielles utilisées dans les soins et aux différentes techniques de massages. De plus, une écoute personnalisée permet au curiste de totalement lâcher prise durant son séjour et de plonger dans un univers de totale quiétude. Au programme : cours collectifs de gym aquatique rééducative, séance de relaxation aquatique, soins de thalassothérapie individuels (bains hydromassants, douches sous-affusion, enveloppement d'algues, massages de relaxation) et séances de shiatsu ou de relaxation coréenne. A ce programme, viennent s'ajouter une initiation au Qi Gong, une danse corporelle chinoise qui permet de se relaxer, et un massage énergétique baptisé « voyage ô bout de soi », pour une détente absolue.

Véritables temples du bien-être, les **GB Thermae Hotels**, situés à Abano, à quelques kilomètres de Padoue, aux pieds des collines Euganéennes, sont un endroit parfait pour se détendre. Ils proposent un nouveau programme « **le Thermale Jasmin Therapie** », qui enveloppe le curiste d'un parfum de douceur propice à la relaxation et à la flânerie. Ce séjour comprend deux bains thermaux aux essences de jasmin, un massage associant aromathérapie aux senteurs de jasmin et chromothérapie pour une totale relaxation, et enfin un traitement ayurvéda. A tous moments du séjour, le curiste peut profiter des installations des spas, piscines et salle de fitness.

### **Mincir de plaisir...**

Dans le cadre d'un séjour de thalassothérapie ou de thermalisme, des spécialistes (diététiciens, kinésithérapeutes...) sont là pour analyser les problèmes de poids de chacun, et y répondre par différents soins. Ces soins, associés à une alimentation saine et équilibrée, permettent de perdre du poids, graisse et eau, tout en préservant la masse musculaire. La détente et l'exercice physique sont indispensables pour en optimiser les résultats. Un séjour en thalassothérapie constitue un excellent starter pour prendre son problème de surpoids en mains, repartir avec des résultats significatifs et un plan d'amaigrissement bien rodé...

A Belle Ile en Mer, le **Castel Clara Thalasso** propose un nouveau programme : « **Minceur et module oxygène** » qui permet au curiste de perdre du poids, de sculpter son corps, de lutter contre la cellulite et restaurer son tonus cutané. Cette cure associe des soins d'hydrothérapie raffermissants et stimulants à des exercices respiratoires. La technique du massage palper-rouler, intégrée dans les soins, renforce la circulation veineuse, relance le drainage lymphatique et tonifie la peau. Les repas diététiques proposés tout au long du séjour complètent les bienfaits de cette cure. Au programme : séances de Cellu M6 ou de massages palper-rouler, bain aux huiles amincissantes, enveloppement d'algues drainantes, douche à jet, modelage sous affusion, module oxygène ou séance coaching.

**Carnac Thalasso & Spa Resort**, met la minceur à l'honneur avec un tout nouveau programme et des soins ciblés. « **Minceur ou Silhouette** » propose deux options : « minceur » pour la perte des kilos superflus et « silhouette » pour cibler la cellulite. Le curiste définit l'orientation de sa cure avec le bilan kiné qui lui est proposé en début de séjour. Cette formule comprend douches à jet, jets sous-marins, séances d'aquaforme, lipomassages, séances de pressothérapie drainante, enveloppements minceur, bains avec gelée d'algues amincissantes.

Ces soins sont complétés par une cuisine diététique, des cours de cuisine pour réapprendre l'art de bien manger et des activités physiques.

Pour celles et ceux qui le souhaitent, ce programme minceur se décline en formule week-end ou dans 3 soins à la carte :

- « objectif détox et capitons »
- « objectif anti-cellulite et amincissement »
- « objectif fermeté »



**THERMALIES 2010**  
**SALON DE L'EAU ET DU BIEN-ETRE**  
Du jeudi 21 au dimanche 24 janvier 2010  
Jeudi, vendredi et samedi de 10h00 à 19h00  
Dimanche de 10h00 à 18h00

Carrousel du Louvre – Paris  
Plus d'infos sur : [www.thermalies.com](http://www.thermalies.com)  
Invitation sur [www.thermalies.com](http://www.thermalies.com)

**Contacts Presse**

Catherine Magnien – Joan Theyssier

CMC

Tél : 01 56 81 31 21 – Fax : 01 56 81 31 20

Mail : [cmagnien@cmcrp.fr](mailto:cmagnien@cmcrp.fr)