



# LES THERMALIES

LE SALON DE L'EAU & DU BIEN-ÊTRE

24-27 JANVIER 2019 • PARIS  
CARROUSEL DU LOUVRE

8-10 FÉVRIER 2019 • LYON  
LA SUCRIERE



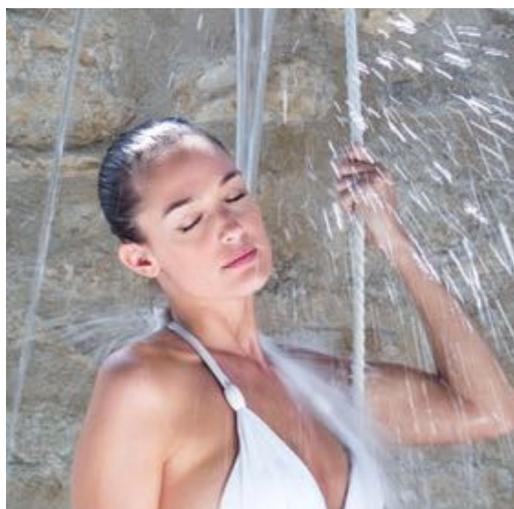
## Nouveautés & Tendances 2019 - newsletter n°1

*Les Salons des Thermalies, qui se dérouleront du 24 au 27 janvier 2019 au Carrousel du Louvre à Paris et du 8 au 10 février à La Sucrière à Lyon, sont une vitrine de la santé et du bien-être, qui captent l'air du temps et révèlent chaque année les dernières tendances en matière de bien-être par l'eau. Depuis 37 ans, les Thermalies sont devenus une véritable référence en matière de thalassothérapie, thermalisme, spa et occupent une place majeure sur un marché porteur.*

## LES MINI CURES THERMALES : A VOTRE SANTE !

Les bienfaits de la cure thermale sont reconnus depuis l'Antiquité. Utilisé à des fins thérapeutiques, le thermalisme est considéré comme « la médecine que la terre nous a donné ». La cure thermale a toute sa place dans l'arsenal thérapeutique et les centres thermaux proposent un large éventail de programmes préventifs ou curatifs. Pour ceux qui ne peuvent pas consacrer les trois semaines pour une cure thermale classique, les établissements thermaux développent des programmes bien-être de six jours. Voici le zoom sur les nouvelles mini-cures thermales.

### RETROUVER LA VITALITE A AIX-LES-BAINS



soin de soi...

Les **Thermes Chevalley** de la station thermale d'Aix-les-Bains proposent en 2019 une **cure Vitalité** pour retrouver forme, tonus et vitalité dans le milieu thermal. L'objectif de ce nouveau programme est une remise en forme du corps et de l'esprit. La mini cure de six jours allie des soins thermaux et des ateliers d'activité physique. Entre les bains hydromassants, les modelages, les applications de boue thermale, les enveloppements mais aussi la gym, le yoga, le fit step, l'aquagym, le pilâtes... c'est l'occasion de se ressourcer et de prendre

## MINI-CURE POUR LES ACCROS A L'ORDINATEUR A DIGNE-LES-BAINS



Pour toutes celles et ceux dont l'activité professionnelle génère des douleurs au dos, au cou et aux membres supérieurs dû aux longues sessions en position assise devant un ordinateur, les **Thermes de Digne-les-Bains** proposent **une mini cure Douleurs de l'Ordinateur** sur six jours. Comportant 4 soins thermaux quotidiens, le programme met à profit les vertus anti-inflammatoires de l'eau

thermale riche en soufre, ainsi que le savoir-faire des kinésithérapeutes et du coach sportif des thermes pour venir à bout des contractures et autres douleurs persistantes. Au menu : applications locales multiples de boue thermale (localisées au niveau des zones douloureuses : mains, coudes, épaules...), bain d'eau thermale pour une décontraction musculaire générale, douche au jet locale, massage sous eau thermale par kinésithérapeute et un atelier relaxation avec un coach sportif pour apprendre à dénouer les tensions.

## NOUVELLE CURE LIBERTE AU CŒUR DES PYRENEES



Luchon, magnifiquement situé au cœur des Pyrénées, est une station thermale avec les eaux les plus soufrées de la région. Un somptueux établissement thermal, un vaporarium unique, seul hammam naturel en Europe, proposent des activités thermales pour toute la famille. Spécialisés dans les soins et la prévention des maladies liées à la rhumatologie et celles qui affectent les voies respiratoires/ORL, les cures

effectuées à Luchon sont particulièrement efficaces sur les affections chroniques. Pour la nouvelle saison thermale, les **Thermes de Luchon** proposent une **mini cure Liberté, destination zen**. Le programme de 6 jours prévoit : six bains douches Immersion, une séance d'hypnose individuelle, trois séances de sophrologie, trois séances de yoga, une séance de lit hydromassant, cinq séances de hammam/piscine et un bilan individuel à la fin de la cure.

## MINI-CURE CONTRE LE STRESS A BAINS-LES-BAINS



Au cœur des Vosges, sur les rives boisées du Bagnerot se trouvent les **Thermes de Bains-les-Bains**. L'air y est d'une qualité rare en raison de la proximité de l'immense forêt vosgienne, très riche en essences puisqu'elle abrite le hêtre, le chêne, le sapin, l'épicéa et le pin sylvestre. C'est un lieu idéal pour se ressourcer en oubliant le stress de grandes villes. En 2019 les thermes proposent

une **cure Anti Stress 100% Vosges**. Son programme prévoit : quatre soins quotidiens prescrits sur-mesure (bain de Kaolin en apesanteur, jets de forte pression en piscine thermale, douche thermale pénétrante, douche général eau jet, cataplasmes de boue, piscine de mobilisation, marche à contre-courant). Les soins thermaux sont complétés par les activités anti stress comme une séance d'oxygénation en forêt, une séance de stretching sous les arbres, un modelage en étoile, une séance de réflexologie, un modelage aux résineux bienfaisants ou aux fines fleurs des Vosges, une marche d'initiation à la sylvothérapie et une séance de sophrologie en bain de Kaolin.

### **NOUVELLE CURE LIBERTE AU CŒUR DES PYRENEES**



Luchon, véritable paradis au cœur des Pyrénées, est une station thermale avec les eaux les plus soufrées de la région. Un somptueux établissement thermal, un vaporarium unique, seul hammam naturel en Europe, proposent des activités thermales pour toute la famille. Spécialisés dans les soins et la prévention des maladies liées à la rhumatologie et celles qui affectent les voies respiratoires/ORL, les cures effectuées à Luchon sont

particulièrement efficaces sur les affections chroniques. Pour la nouvelle saison thermale, les **Thermes de Luchon** proposent une **mini cure Liberté, destination zen**. Le programme de 6 jours prévoit : six bains douches Immersion, une séance d'hypnose individuelle, trois séances de sophrologie, trois séances de yoga, une séance de lit hydromassant, cinq séances de hammam/piscine et un bilan individuel à la fin de la cure.

### **SOYONS ZEN A EUGENIE-LES-BAINS**



Prendre le temps de s'arrêter, de respirer et prendre du recul sur la vie ... la Chaine Thermale du Soleil a dessiné une mini cure regroupant relaxation, marche, modelage pour se rééquilibrer et s'apaiser profondément et pas seulement sur le moment. La **mini cure Zen Harmonie** proposée **aux Thermes Eugénie-les-Bains** est réellement efficace sur le long terme.

La proximité de l'océan apporte à la station thermale un climat doux et propice au repos. Cet environnement privilégié abrite le splendide parc du domaine thermal, où se côtoient des arbres aux essences rares et exotiques nourries par les sources chaudes. Grâce à Michel Guérard, chef de réputation mondiale et aux préceptes de sa Cuisine Minceur, le bon côtoie le beau pour reprendre son souffle et ralentir. Le programme de la cure prévoit : six bains de vapeur thermale, une séance d'aquarelax en piscine thermale (30 min), un zen-relaxation ou shinrin yoku (50 min), une marche afghane (60 min), une séance de Body Equilibre (50 min), un modelage aromatique détente (20 min) ainsi que quatre soins quotidiens au choix parmi : bain de boue, cataplasmes, douche au jet, douche filiforme, douche pénétrante, douche de forte pression, douche sous immersion et bain en eau thermale.

## **THERMALIES 2019**

**Carrousel du Louvre – Paris**

Du jeudi 24 au dimanche 27 janvier 2019

**La Sucrière – Lyon**

Du vendredi 8 au dimanche 10 février 2019

*Plus d'infos sur : [www.thermalies.com](http://www.thermalies.com)*

### **Contact Presse :**

**GBCOM**

Grazyna Bilinska : 06 64 43 98 25/gbilinska@gbcom.fr