



Nouveautés & Tendances - newsletter n°4

Les Salons des Thermalies, qui se dérouleront du 1^{er} au 4 février 2018 au Carrousel du Louvre à Paris et du 2 au 4 mars à La Sucrière à Lyon, sont une vitrine 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 36 ans, les Thermalies sont devenus une véritable référence en matière de thalassothérapie, de thermalisme, de spa et occupent une place majeure sur un marché porteur.

L'eau et le sport : un duo gagnant en 2018

Ressentir le besoin de renouer avec l'effort, améliorer ses performances ou tout simplement retrouver une bonne hygiène de vie... les cures sportives ont été créées dans ce but. Thalassothérapie et thermalisme ont su allier les bienfaits de l'eau avec une activité physique permettant de reprendre le sport tout en douceur ou de développer ses capacités sportives.

Zoom sur les nouveautés 2018 :

DECOUVRIR OU REDECOUVRIR LE SPORT

THALAZUR CABOURG : NOUVELLE CURE "REVEIL SPORTIF "

THALASSOTHERAPIE



Avec cette cure, Thalazur Cabourg s'adresse à toutes les personnes désireuses de retrouver une activité sportive tout en douceur. Cette cure repose avant tout sur la personnalisation. Chaque personne dispose d'une liste de soins et d'activités sportives qu'il peut choisir en fonction de ses envies et de ses capacités, le tout accompagné par les conseils d'un coach sportif. En alternant soins et activités diverses, le corps retrouve progressivement sa tonicité et les performances physiques s'améliorent. La **cure Réveil Sportif** comporte 24 soins et activités pendant 6 jours et 6 nuits ou 3 jours/3 nuits avec 9 soins dont six soins "récupération" au choix (massothérapie, hydrojet, pressothérapie, cryothérapie, séance IPulse 5.1), ainsi que six modelages au choix eau de mer, détente, kinésithérapie, séance d'ostéopathie. La cure propose cinq soins "reminéralisant" au choix (bains hydromassants, douche à jet, enveloppements et applications, thalaxion). Enfin, les curistes ont le choix entre huit activités sportives (aquajump, aquabiking, aquapower, beach-training, musculation, longe Cabourg, marche nordique). A cet ensemble de soins s'ajoutent les privilèges Thalazur Cabourg : une consultation médicale offerte, un bilan sportif en début de cure et des conseils diététiques.

QUIBERON THALASSA SEA & SPA : STARTER SPORTIF BY POLAR THALASSOTHERAPIE



Sofitel Quiberon Thalassa sea & spa propose avec **Starter Sportif by Polar**, un programme pour les sportifs amateurs composé de séances d'activités physiques personnalisées après un bilan *Polar Body Age*. Une montre *Polar* incluse, permet de suivre l'évolution des performances pendant et après le séjour. Des soins marins, des massages et séances de cryothérapie permettent de récupérer en douceur. Starter Sportif By Polar se déroule sur 4 à 6 jours avec 4 soins et activités par jour, plus un rendez avec un expert et un suivi par un coach.

Toujours dans le domaine du sport, Sofitel Quiberon Thalassa sea & spa propose un nouveau bilan, *l'Optogait*, un système d'analyse du mouvement et d'évaluation fonctionnelle. Il

permet d'identifier les problèmes posturaux afin que les équipes d'experts puissent proposer un accompagnement de soins et d'activités adaptées. Afin de mieux répondre aux besoins détectés par l'Optogait ou le *Polar body âge*, Quiberon dispose désormais d'un *Pilates Reformer* et du *Kinesis One de Technogym*. Ces deux éléments offrent la possibilité d'effectuer une grande diversité d'exercices pour travailler toutes les parties du corps en douceur et améliorer force, souplesse et équilibre.

BARBOTAN-LES-THERMES : REDECOUVRIR LE SPORT A SON RYTHME

THERMALISME



La **mini cure Sport et Santé** permet de redécouvrir le sport sous un angle à la fois convivial, dynamique et à son rythme. Chacun y puise son bonheur selon ses envies et ses besoins. Programme de 34 soins sur 6 jours avec 4 soins quotidiens au choix parmi: bain avec douche sous immersion, bain avec eau courante, bains avec insufflation de gaz, couloir de marche, jets de forte pression en piscine, pulvérisation de membres, bain de boue de Kaolin, douche au jet, Illutation de boue végéto minérale, piscine de

mobilisation, douche générale, piscine simple, vaporarium, douche pénétrante, piscine rhumatologie. A ces soins s'ajoutent une consultation diététique "équilibrer son alimentation à la pratique sportive", un rendez-vous individuel "évaluation et bilan physique", deux séances de relaxation, deux séances de coaching sportif individuel, trois massages sous l'eau, une randonnée "découverte marche active". La Chaîne Thermale du Soleil propose également une **mini cure Sport et Santé** aux Thermes de Bourbon l'Archambault.

POUR AMELIORER LES PERFORMANCES DES SPORTIFS

PREVITHAL GRANDVILLE : CURE FIT AND RUN

THALASSOTHERAPIE



Savez-vous comment vous échauffer ? Comment éviter les blessures ? Comment mieux récupérer après une compétition ? Pour améliorer les performances Prévithal Grandville propose de rencontrer ses experts et découvrir les locaux sélectionnés récemment par le XV de France ou par ASO pour le Tour de France 2016. La **cure Fit and Run** propose 24 soins sur 6 jours comprenant : une séance de footing en équipe avec un éducateur sportif, deux séances de stretching en bassin kiné, une séance d'aqua-jogging

en mer ou de marche tonique avec bâtons en fonction de la météo, deux séances d'aquagym, un massage kiné sportif, un massage suédois, deux hydromassages marins, deux enveloppements cryo, une pressothérapie, un hydrojet-matelas d'eau massant, deux bains hydromassants, deux enveloppements d'algues, deux enveloppements de boue froide pour drainer les œdèmes et soulager les tendinites, deux modelages sous affusion d'eau de mer et deux douches à jet.

THALASSO SERGE BLANCO OU LA "SPORT ATTITUDE"

THALASSOTHERAPIE



L'objectif de la **cure Sport Attitude** est clairement d'améliorer les performances physiques. Cette nouvelle cure s'adresse aux addicts du fitness et à toutes celles et ceux qui souhaitent se mettre ou se remettre aux sports. Grâce aux conseils des coaches les curistes retrouvent le goût de l'effort et le plaisir de se dépasser.

Cette nouvelle cure propose sur 6 jours, 19 soins individuels : Soins revitalisants

(trois douches à jet toniques, quatre bains reminéralisants aux huiles essentielles toniques, trois hydromassages, trois enveloppements revitalisants aux algues ou applications de boues marines auto-chauffantes. Soins relaxants : trois massages récupération aux huiles essentielles Gautherie, trois massages souplesse musculaire romarin. Ces soins individuels sont complétés par cinq activités physiques : une marches sportive *Bungypump*, une séance de *Hiit concept*, deux circuits *Fit Training* dynamiques et un cours d'aquabike tonique.



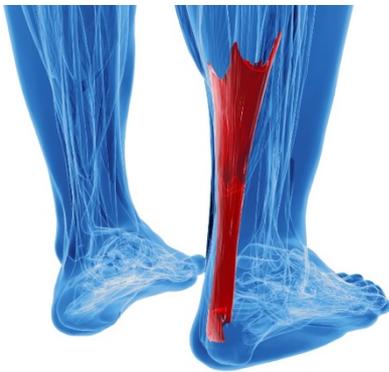
NERIS-LES -BAINS: PREPARATION DES SPORTIFS THERMALISME

En 2018, le SPA Thermal les Nériades crée un nouveau programme destiné aux sportifs qui souhaitent préparer un effort intense ainsi qu'à ceux qui comptent accélérer le processus de récupération après une épreuve. Sur 2 jours/ 2 nuits ce nouveau programme comprend l'accès à l'espace sensoriel du SPA (bassins, sauna, hammam...) et des soins de balnéothérapie relaxants à l'eau thermal. Il offre également des massages bien-être ainsi que des activités complémentaires (course à pied, stretching, sophrologie...) à choisir en fonction de son objectif. L'eau thermale de Nérès-Les-Bains est particulièrement adaptée pour la préparation et la

récupération sportive. Sédatrice, antalgique, équilibrante et relaxante. Elle apaise les douleurs musculaires et articulaires et soulage le stress.

DIGNES-LES-BAINS : MINI-CURE PRE ET POST TENDINITE

THERMALISME



Très sensibilisée aux pathologies des sportifs du fait de son environnement favorisant la pratique de sports de pleine nature et en particulier le Trail, la station dignoise est le lieu idéal pour conjuguer pratique sportive et remise en santé. S'adressant à tous les sportifs souhaitant prévenir la survenue d'une tendinite chronique ainsi qu'à ceux souhaitant accélérer la rééducation du tendon, la **mini cure Pré & Post-Tendinite** a pour but de renforcer les tendons grâce à l'action cicatrisante du soufre contenu dans l'eau thermale de Digne-les-Bains. Ce nouveau programme de 6 jours se compose de quatre soins

quotidiens de la cure thermale Rhumatologie prescrits par le médecin thermal selon le stade de la pathologie (application de boue thermale, bain en baignoire avec aérobains, mobilisation en piscine, massage sous l'eau par kiné DE). Accès quotidien aux équipements du club sport des Thermes de Digne-les-Bains avec coach sportif pendant toute la durée du séjour, accès quotidien au sauna et aussi l'accès aux parcours gratuits du Sport de Trail sont inclus dans cette cure.



Profitant d'un environnement exceptionnel et des richesses de la mer, la nouvelle **cure Wellness et Sport** proposée par Relais Thalasso Château des Tourelles propose d'optimiser ses performances. Ce séjour de 5 jours allie les bienfaits de la thalasso et la pratique du sport pour le renforcement musculaire. Au menu 15 soins individuels en espace privatif *Suite Relais Thalasso* : cost running, beach training, travail sur le cardio ainsi que le longe côte selon les

conditions météo. Ce programme est complété par : un gommage au sel de Guérande, un bain marin polysensoriel drainant, deux douches à jet drainantes, deux application d'algues Labio Boost, une application d'algues Labio Détox, un bain sensoriel énergisant, deux modelages décontracturants sous pluie marine, un Cryo bain, deux cryo jambes et deux cryo modelages sans oublier d'un bilan nutritionnel, un cross over point et un bilan de fin de séjour.

THERMALIES 2018

Carrousel du Louvre - Paris

Du jeudi 1er au dimanche 4 février 2018

La Sucrière - Lyon

Du vendredi 2 au dimanche 4 mars 2018

Plus d'infos sur : www.thermalies.com

Contacts Presse : GBCOM - Grazyna Bilinska : 06 64 43 98 25/gbilinska@gbcom.fr