



## Nouveautés & Tendances 2020 - newsletter N°9

*Les Salons des Thermalies, qui se dérouleront du 23 au 26 janvier 2020 au Carrousel du Louvre à Paris et du 14 au 16 février à La Sucrière à Lyon, sont des vitrines de la santé et du bien-être, qui captent l'air du temps et révèlent chaque année les dernières tendances. Depuis 38 ans, les Thermalies sont devenus une véritable référence en matière de thalassothérapie, thermalisme, spa et occupent une place majeure sur un marché porteur.*

## LE THERMALISME EN MODE MINI CURES

Pour ceux qui ne peuvent consacrer trois semaines à une cure thermale classique les centres thermaux mettent les mini-cures de 3, 4 ou 6 jours à l'honneur. Courts séjours "santé", avec suivi médical et soins adaptés aux pathologies. Courts séjours dédiés à des publics spécifiques comme les jeunes mamans ou les fumeurs ou encore pauses détente et bien-être. Tour d'horizon des nouvelles mini-cures thermales.

### LA SANTE DANS TOUS SES ETATS

#### THERMES ADOUR : POUR VIVRE MIEUX AU QUOTIDIEN



**Sourceo**, le resort thermal du **Groupe Thermes Adour** propose plusieurs cures de prévention de 6 jours (24 soins et activités santé). **Spécial dos**, des soins à l'eau thermale antidouleurs et décontractants associés à des activités qui remettent en mouvement. **Jambes toniques**, un concentré de la cure thermale phlébologie, l'une des spécialités des Thermes. **Forme** qui réunit les spécialités des Thermes Adour rhumatologie et phlébologie alliées à des activités qui remettent en mouvement.

#### THERMES ST GERVAIS : ACOUPHENE



Les Thermes St Gervais-Mont-Blanc proposent une nouvelle cure de 6 jours "**Acouphène**" pour gérer au quotidien et mieux vivre avec les bruits dans la tête. La cure associe un bilan complet avec de nombreux experts, des soins personnalisés (test audiométrie, test RHI pour évaluer la nature et l'impact des acouphènes), des activités physiques adaptées, des séances de sophrologie, et un accompagnement

par une diététicienne. Le curiste repart avec des informations utiles pour gérer ensuite ses problèmes.

### **THERMES ALLEVARD-LES-BAINS : Fybromyalgie**



Parmi les multiples bienfaits de son eau, l'une des plus sulfureuse au monde, les **Thermes Allevard-les-Bains** traitent entre autres la fibromyalgie. La nouvelle mini-cure de 6 jours est adaptée à ceux qui ne disposent pas de 18 jours pour une cure développée sur 3 ans. Chaque année est remplacée par une étape : Initial, Avancé, Confirmé. Soins thermaux (4/j), 2 ateliers de rééducation à l'effort, entretien avec diététicienne, réunion avec un psychologue et des prestations spécifiques pour les 3 étapes qui composent cette mini cure (séances de Bol d'Air Jacquier, musicothérapie, magnétothérapie corporelle, sauna japonais,

massage spécifique, thérapie anti douleur StimaWell, Hydrojet Wellness System) et des ateliers complémentaires.

### **THERMES D'URIAGE-LES-BAINS : Re-Source**



La composition de l'eau des **Thermes d'Uriage-les-Bains** lui confère des propriétés anti-inflammatoires, mais elle est aussi recommandée aux personnes souffrant d'arthrose psoriasique. Pour 2020, les Thermes ont conçu une mini-cure "**Re-Source**" sur 3,4 ou 6 jours. Plusieurs mini-cures Re-Source sont proposées : articulation, santé (peau), vitalité, détox.

### **MOLITG-LES-BAINS: Le Sommeil et Dermato**



Connue pour sa **cure Sommeil, Molitg-les-Bains** la décline en une mini cure de 6 jours aussi complète que sa grande soeur : séances et ateliers (musicothérapie, état modifié de la conscience, yoga Nidra, méditation en pleine nature, watsu, reiki) consultation de sophrologie et diététique, pulvérisation d'eau thermale en lumière de Wood, accès au Vaporarium en chromothérapie auxquels s'ajoutent 3 soins parmi diverses propositions. Pour les pathologies de peau qui deviennent sévères quand les démangeaisons s'accroissent, Molitg-Les-Bains à

conçu une **mini-cure dermato**. Ce programme conjugue 4 soins thermaux quotidiens prescrits sur mesure par un médecin thermal (bain thermal, pulvérisation, vaporarium...) et 12 activités complémentaires spécifiques hydratation et relaxation (reiki, musicothérapie, application de plancton thermal ...).

## LA LIBERTE DE NE PAS FUMER

### THERMES MARLIOZ AIX-LES-BAINS : CURE ANTI-TABAC



Cette nouvelle mini-cure de 6 jours (18 soins) aide à s'oxygéner et se libérer du tabac. Après une consultation médicale, le curiste bénéficie d'1h de soins quotidiens en "Voies Respiratoires" à base d'eau thermale, 2 séances de sophrologie, 3 massages relaxants et 7 soins individuels de balnéothérapie à choisir parmi massothérapie, pressothérapie, lyashi dôme....

### THERMES DE LUCHON : TABAC ET ADDICTIONS



Au cœur des Pyrénées, dans un écrin naturel entouré de 18 sommets de plus de 3000 mètres, la station thermale de Luchon propose une mini-cure de 3 jours, pour aider au sevrage tabagique ou aux addictions alimentaires et un renforcement de la volonté personnelle. Au menu : séances d'hypnose, d'acupuncture, de yoga, de Biorésonance et accès à l'Espace Vaporarium.

## LA FORME SOUS TOUTES SES FORMES

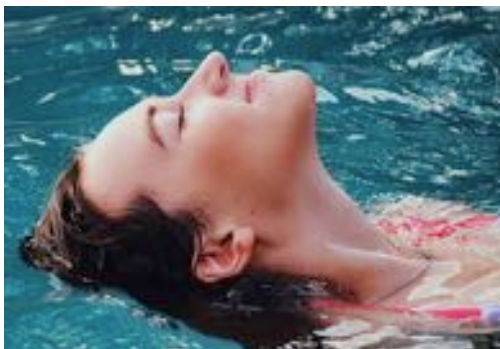
### THERMES DE NEYRAC-LES-BAINS : LA FORME AU PROGRAMME



Au cœur de l'Ardèche méridionale, Les **Thermes de Neyrac-Les-Bains** proposent deux mini-cures personnalisées pour se remettre en forme et découvrir les soins thermaux. "**Bouger+ Bouger Mieux**", pour se reprendre en mains en 6 jours. Au programme des soins (bains bouillonnants, enveloppements au limon thermal...) des activités (couloir de marche, séances de coaching, marche nordique, aquagym...), accès aux hammam et spa thermal, activités physiques et de relaxation. **Bien-être**

**Prestige**, un panel complet de soins pour une découverte thermale en 3 jours (bains bouillonnants parfumés, douches thermales, gommage jasmin, modelages, enveloppement, soins du visage...).

### THERMES VALVITAL : AU CŒUR DE LA DÉTENTE



Outre les bienfaits de ses eaux, connues pour leur action contre les allergies, les **Thermes Valvital de Montbrun-les-Bains** bénéficient d'une situation au cœur de la Drôme provençale qui en fait un lieu parfait pour la détente. C'est ainsi qu'ils proposent une **Escale "Pure Détente"** composée de 4 soins : visage, gommage aux sels et huile de Cranberry, enveloppement de boue, modelage du corps.

### THERMES SAINT LAURENT-LES-BAINS : LA FORME ET LES FORMES



Au cœur des Cévennes, les **Thermes de Saint Laurent les Bains** ont mis au point pour 2020 une mini cure "**Silhouette**" permettant de retrouver sa forme et ses formes. Pendant 6 jours, il est proposé 3 soins quotidiens comme entre autres: bain hydromassant, douche sous immersion, douche au jet pétrissant.... Un **Forfait soins plus** prévoit 9 soins, de la pressothérapie à la séance de Watermass en passant par l'Aquagym et l'Aquadance.

### LA ROCHE POSAY : UNE ECHAPPEE DETENTE



Pour s'évader et profiter d'une pleine détente le **Spa Source de la Roche Posay** propose une nouvelle mini-cure. Le "**Séjour échappée belle**" est prévu pour des personnes qui veulent simplement se faire du bien, profiter d'un break et se ressourcer en pleine nature avec des soins de qualité. Pour une mini-cure de 3 jours 5 soins sont proposés: bain thermal hydromassant, soin du visage à l'eau thermale, massage californien, massage jambes ou dos, massage sous affusion thermale. La mini-cure est proposée également sur 2 jours/3 soins et 4 jours/8 soins.

## JEUNES MAMANS A L'HONNEUR



Les **Thermes St Gervais Mont-Blanc** ont conçu une **Mini cure Yoga maternité** pour la future ou jeune maman. Un programme pour se re-centrer afin de mieux préparer l'arrivée du bébé ou retrouver la sérénité et l'énergie pour profiter de son nouveau-né. Séances de yoga pré et post-natal encadrées par une professionnelle, parcours de bains en eau thermale, massage sur mesure. Les **Thermes Chevalley Aix-Les-Bains** avec leur nouvelle mini-cure **Halte Jeune Maman**, destinée aux mamans dès le 5ème mois après l'accouchement, associent sur 3

demi-journées soins bien-être, soins thermaux et 4 ateliers : (kiné, yoga du son, Pilates du périnée, aquagym douce). Les **Thermes de Luchon** proposent deux mini-cures de 6 jours, dès 3 mois après l'accouchement. Le **séjour Tonus et vitalité** (non recommandé en cas d'allaitement) prévoit divers soins : gommage bambou, enveloppement détox, bain hydromassant, soins du visage... Le **Séjour Détente et Ressourcement** associe différents soins : enveloppement et massage californien, massage à la bougie, réflexologie plantaire, gommage et massage du corps....

### THERMALIES 2020

**Carrousel du Louvre –  
Paris**

Du jeudi 23 au dimanche 26 janvier 2020

**La Sucrière – Lyon**

Du vendredi 14 au dimanche 16 février 2020

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

#### Contacts Presse

**GBCOM**

Grazyna Bilinska : 06 64 43 98 25/[gbilinska@gbcom.fr](mailto:gbilinska@gbcom.fr)