

# LES SEJOURS DETENTE



Prenez le temps de vous ressourcer  
et de goûter au bien-être

Du 12 avril au 16 octobre 2010

Depuis 2003, le centre VitaliThermes® adapte les techniques et le savoir-faire des Thermes d'Allevard. Tous les soins d'hydrothérapie y sont réalisés à l'eau thermale pour vous proposer des instants de détente uniques.

Loin de toute pollution industrielle et urbaine, vous profiterez d'un climat de moyenne montagne tonique et sédatif, d'un air pur, riche en oxygène permettant d'éprouver dès les premiers instants de votre séjour, un nouveau bien-être.

Au centre de l'un des plus beaux parcs thermal de France, vous découvrirez un établissement rénové en 2009, dotés d'installations techniques garantissant des conditions optimales de confort, d'hygiène et de sécurité. Les horaires des soins VitaliThermes® sont étudiés pour répondre à vos attentes en vous permettant ainsi de profiter pleinement de la nature et des activités de la station.

Vous trouverez forcément votre bonheur parmi nos différentes formules élaborées pour coller au plus près de vos attentes, dans un seul but, votre bien-être.



## Informations pratiques :

Se munir d'un maillot et d'un bonnet de bain (caleçons interdits).

Les 5 jours de soins des séjours VitaliThermes® sont dispensés en soirée (de 16h30 à 20h) et peuvent être réalisés du lundi au samedi.

\*Les séances de relaxation ayurvédique et de Shiatsu sont programmées en dehors des horaires d'ouverture du centre VitaliThermes® (matin ou début d'après midi).

## A noter :

N'hésitez pas à nous consulter pour connaître le programme de nos conférences et ateliers qui viendront enrichir votre séjour de détente. D'autres soins de relaxation sont également à votre disposition en supplément de votre cure.

5 jours de soins	VITARELAX	VITAPLUS	VITARMONY
Parcours détente	Accès illimité de 16h30 à 20h (1)		
Douche générale	3	2	2
Douche au jet	2	3	3
Bain bouillonnant aux huiles essentielles	5	5	5
Application d'argile	5	5	5
Modelage détente sous affusion d'eau thermale 15' (au choix) (2)		5	1
Modelage relaxant aux huiles 30' (au choix) (3)			2
Relaxation ayurvédique - Harmonisation corporelle - Réflexologie			1
Shiatsu			1
Sauna Japonais			3

Les chiffres indiqués dans le tableau correspondent au nombre de soins prodigués durant le séjour

TARIF	245€	325€	415€
TARIF DUO	440€	600€	780€

(1) Piscine à jet, sauna traditionnel, hammam, étuves mains et pieds, tisanerie, salles de détente (repos, ionisation et luminothérapie, relaxation en ambiance soufrée).

(2) Détente générale, Détente dos, A visée drainante

(3) Palper rouler, Californien, Spécial Dos

# LES SOIREEES DETENTE

Faites une pause détente et laissez vous aller au plaisir

*Du 12 avril au 16 octobre 2010  
du lundi au samedi  
de 16h30 à 20h.*

Envie de décompresser,  
de vous offrir un moment  
de relaxation hors du temps...  
N'hésitez plus et goûtez,  
l'espace d'un instant,  
à la détente de nos soirées.

Dans le cadre majestueux du parc thermal d'Allevard,  
le centre VitaliThermes® vous invite à découvrir tous les plaisirs des soins  
d'hydrothérapie à l'eau thermale combinés à des prestations originales de bien-être.  
Vous profiterez des espaces rénovés en 2009  
et y découvrirez de nouvelles techniques de relaxation.

Optez pour la formule la plus adaptée à votre envie en sélectionnant les soins  
individuels qui enrichiront le Parcours Détente et n'hésitez plus à découvrir notre large  
gamme de modelages en choisissant vous-même votre huile essentielle.

Parcours détente	VITAMIN	PARCOURS ENERGIE	VITARELAX	VITAYIN	VITAPLUS	VITARMONY
Parcours détente	Accès illimité de 16h30 à 20h (1)					
Douche générale	●		●	●		
Douche au jet	Un soin au choix	●			●	●
Bain bouillonnant aux huiles essentielles			●		●	●
Application d'argile			●		●	●
Sauna japonais		●				
Modelage détente sous affusion d'eau thermale 15' (au choix) (2)					●	
Modelage relaxant aux huiles 30' (au choix) (3)				●		●
Bol d'air Jacquier		●				
Massothérapie		●				
Kinergie		●				

Les chiffres indiqués dans le tableau correspondent au nombre de soins prodigués durant le séjour

TARIF	36€	50€	70€	85€
TARIF DUO	67€	90€	130€	160€

(1) Piscine à jet, sauna traditionnel, hammam, étuves mains et pieds, tisanderie, salles de détente (repos, ionisation et luminothérapie, relaxation en ambiance soufrée).

(2) Détente générale, Détente dos, A visée drainante

(3) Palper rouler, Californien, Spécial Dos

**Repères 2010**

Centre VitaliThermes® : 12 avril 2010 – 16 octobre 2010  
Du lundi au samedi, de 16h30 à 20h  
Rhumatologie : 12 avril – 16 octobre 2010  
O.R.L. et voies respiratoires : 3 mai – 25 septembre 2010

Les Thermes d'Allevard - BP N°7 - 38580 Allevard Les Bains  
Tél. : 04 76 97 56 22 - Fax : 04 76 97 56 70 - Réservations : 04 76 97 55 91  
contact@thermes-allevard.com - www.thermes-allevard.com