

NOUVELLE  
CURE  
2018

## Douleurs chroniques et Arthrose Cure courte 6 jours

Pour 2018, les Thermes d'Allevard créent une cure 6 jours Douleurs chroniques et Arthrose des Thermes d'Allevard. Yoga, méditation, remise en mouvement, atelier de l'Ecole du Dos... complètent les 24 soins à l'eau thermale qui remobilisent en douceur les membres endoloris. Une cure aussi utile pour prévenir que pour guérir.

### NOUVEAUTÉS 2018 CURE 6 JOURS DOULEURS CHRONIQUES ET ARTHROSE

5 ateliers thérapeutiques viennent enrichir les soins thermaux :

- 1 séance yoga d'1h30,
- 1 atelier de méditation d'1h30,
- 2 ateliers de remise en mouvement,
- 1 atelier de l'Ecole du Dos animé par un coach d'activité physique adaptée.

### NOUVEAUTÉS 2018 THERMES D'ALLEVARD

- l'équipe thérapeutique se renforce avec l'arrivée d'une diététicienne.
- deux esthéticiennes dispensent des soins visage et corps de la marque française Sothys.

### TARIF

- Forfait 6 jours  
Douleurs Chroniques et  
Arthrose : 395€  
(programme seul).

## Le programme complet

### 24 soins thermaux

- 6 applications d'argile,
- 6 aérobains,
- 3 massages sous affusion d'eau thermale,
- 3 séances de mobilisation en piscine,
- 3 séances d'hydrojet en piscine,
- 3 douches générales.

### 5 ateliers thérapeutiques

- 1 séance de yoga d'1h30 avec un professeur diplômé,
- 1 atelier de méditation d'1h30 avec un instructeur de méditation,
- 2 ateliers de remise en mouvement avec un éducateur d'activité physique adaptée,
- 1 atelier de l'Ecole du Dos élaboré par un kinésithérapeute et animé par un éducateur d'activité physique adaptée.

### Les + de la cure 6 jours Douleurs chroniques et Arthrose

- **Une prise en charge globale et pluridisciplinaire** : hydrothérapeute, éducateur d'activités physiques adaptées, professeur de yoga...
- **Plus de 4 soins et activités chaque jour** : 24 soins thermaux et 4 ateliers thérapeutiques en 6 jours
- **Une eau thermale antidouleurs** : associée aux techniques de soins, l'eau soufrée d'Allevard exerce une action antispasmodique de sédation sur les douleurs rhumatismales d'origine inflammatoire ou dégénérative. Elle favorise une libération de la mobilité des membres ou de la colonne vertébrale.

thermes-allevard.com  
04 76 97 56 22  
du 9 avril au 3 novembre 2018