



**THERMES
D'ALLEVARD**
ALPES - BELLEDONNE

RESPIRELAX, COHÉRENCE CARDIAQUE

Programme complémentaire
aux cures conventionnées 18 jours et Cures Santé 6 jours

À partir du 6 avril 2026

Élaboré avec l'expertise de M. DAVROUX, Respithérapeute

LES ATOUTS DU PROGRAMME

Retrouver **équilibre et bien-être au quotidien**, en maîtrisant ses émotions et en luttant contre la fatigue

S'apaiser, par des techniques de respiration

Optimiser ses capacités respiratoires

Compléter les **bienfaits** de sa cure thermale conventionnée ou Cure Santé 6 jours.



6 ateliers de respirologie (1h/atelier) - 108 € en complément d'une cure thermale 18 jours
3 ateliers de respirologie (1h/atelier) - 54 € en complément d'une Cure Santé 6 jours
(à la charge du curiste)

JOURNÉES DE LA RESPIRATION

Ateliers thématiques animés par M. DAVROUX
les 13 et 14 juin 2026

GÉRER SON STRESS AU QUOTIDIEN AVEC L'APPLICATION RESPIRELAX+

Disponible gratuitement sur App Store et Google Play