

Programme Sérénité

Pour prendre soin de son corps et son esprit

Pour vivre les moments de détente absolue, se déconnecter du quotidien et se recentrer tout en prenant soin de sa santé, les Thermes d'Allevard vous proposent le **Programme Sérénité** en complément de votre cure thermale conventionnée de 18 jours.

Bien-être :

Le libre accès à l'Espace Détente du Spa d'Allevard vous permettra de passer des moments de bien-être entre vos soins thermaux conventionnés (tous les matins et jusqu'à 13h). Un véritable lieu de relaxation avec un grand jacuzzi, sauna, hammam, douche sensorielle, tisanerie, salle de repos avec vue sur le parc... en accès direct depuis vos soins thermaux.

Activité physique :

- Libre accès à l'Espace Forme pendant toute la durée de la cure : cours collectifs avec un éducateur sportif et la salle de cardiotraining avec vue sur le parc.
- Conférence sur la cohérence cardiaque.

Confort :

Soins programmés sur la matinée vous permettant d'avoir vos après-midi libres.

Tarif: 290 € les 18 jours (non pris en charge par l'assurance maladie)

