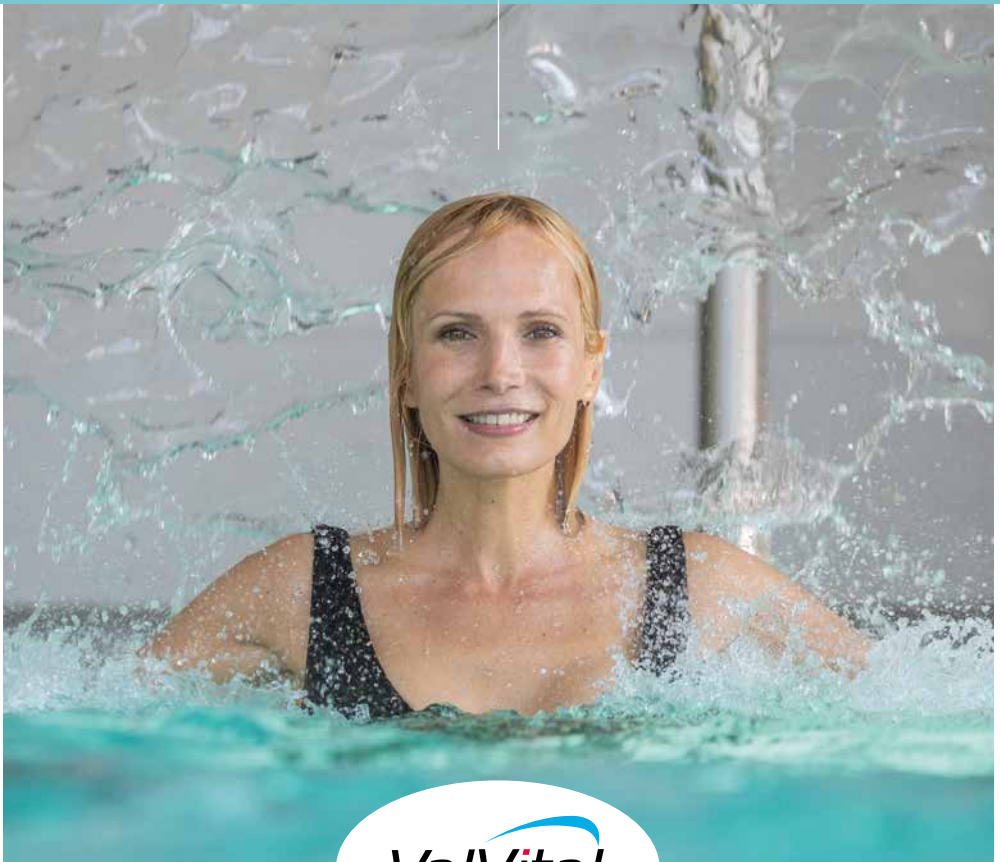
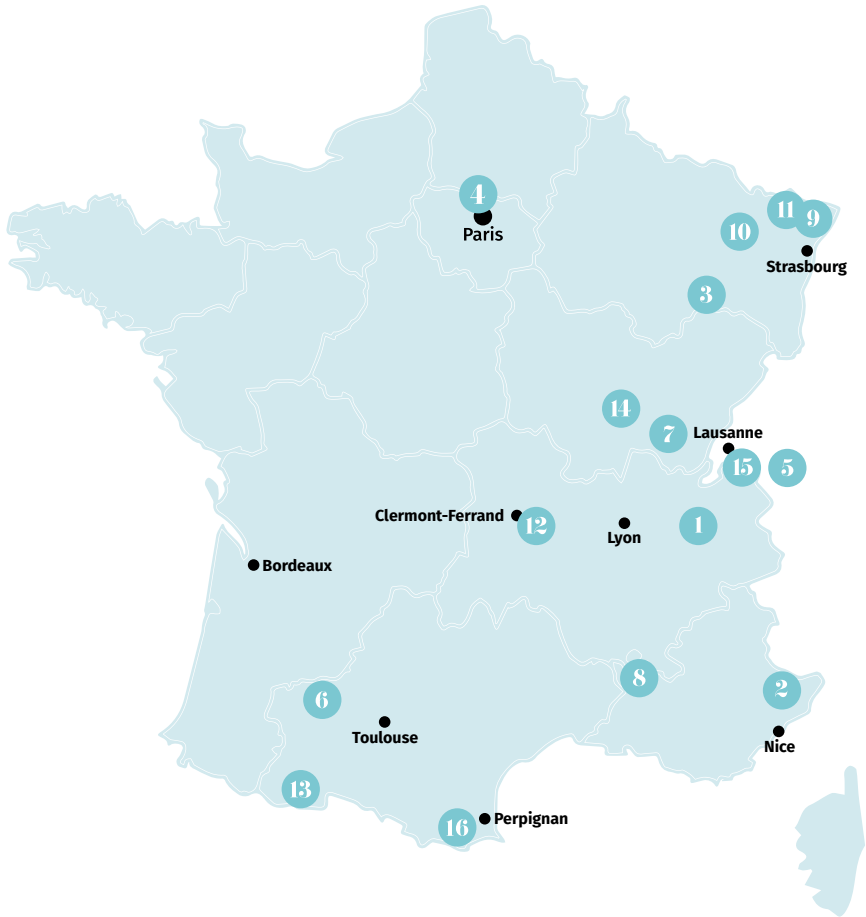


MINI CURES

SANTÉ & BIEN-ÊTRE



ValVital



1 Aix-les-Bains
Rhumatologie et
phlébologie

2 Berthemont-les-Bains
Rhumatologie et
voies respiratoires

3 Bourbonne-les-Bains
Rhumatologie
et voies respiratoires

4 Enghien-les-Bains
Voies respiratoires

5 Hérémence NOUVELLE
(Suisse) STATION 2024
Spa Thermal

6 Lectoure
Rhumatologie

7 Lons-le-Saunier
Rhumatologie et troubles du
développement de l'enfant

8 Montbrun-les-Bains
Rhumatologie et
voies respiratoires

9 Morsbronn-les-Bains
Rhumatologie

10 NANCY NOUVELLE
Thermal STATION 2023
Rhumatologie

11 Niederbronn-les-Bains
Rhumatologie

12 Royat
Rhumatologie et maladies
cardio-artérielles

13 Saint-Lary-Soulan NOUVELLE
STATION 2023
Rhumatologie et
voies respiratoires

14 Santenay
Rhumatologie, affections digestives
et maladies métaboliques

15 Thonon-les-Bains
Rhumatologie, affections digestives,
maladies métaboliques et appareil
urinaire

16 Vernet-les-Bains NOUVELLE
STATION 2023
Rhumatologie et
voies respiratoires

LA MINI CURE 6 JOURS

La mini cure est la **formule idéale** pour tester la cure thermale, pour compléter une cure conventionnée 18 jours ou faire découvrir la cure thermale à la personne qui vous accompagne.



Les thermes **ValVital** proposent 2 types de mini cures :

les mini cures SANTÉ

véritables illustrations
de cure thermale

les mini cures THÉMATIQUES

pour un
apaisement ciblé

Une mini cure est composée de soins thermaux qui peuvent être contre-indiqués pour certaines personnes. Un certificat de non contre-indication établi par votre médecin traitant est nécessaire pour pouvoir démarrer votre mini cure.

À NOTER

Comment réserver ?

Contactez l'un de nos agents par mail : **info@valvital.fr**
ou par téléphone : **04 79 35 38 50** ou réservez directement
sur notre site internet : **www.valvital.fr**

SANTÉ

MINI CURES





Regroupés sur 6 jours, en fonction de la pathologie à traiter, des soins thermaux vous sont prodigués chaque jour de votre mini cure.

RHUMATOLOGIE **p.6**

Toutes les stations ValVital
sauf Enghien-les-Bains

PHLÉBOLOGIE **p.7**

Aix-les-Bains

VOIES RESPIRATOIRES **p.8**

Berthemont-les-Bains, Bourbonne-les-Bains,
Enghien-les-Bains, Montbrun-les-Bains,
Saint-Lary-Soulan et Vernet-les-Bains

MALADIES CARDIO-ARTÉRIELLES **p.9**

Royat

AFFECTIONS DIGESTIVES ET MALADIES MÉTABOLIQUES **p.10**

Santenay, Thonon-les-Bains

AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE **p.11**

Thonon-les-Bains

Dans toutes nos stations à l'exception d'Enghien-les-Bains*

RHUMATOLOGIE

- 6 jours -

La mini cure en Rhumatologie permet de soulager vos douleurs, réduire les inflammations chroniques et améliorer efficacement votre mobilité sur le long terme.

à partir de

295€

/personne
pour 6 jours

Soins

Cette mini cure santé se compose de

4 SOINS THERMAUX PAR JOUR PENDANT 6 JOURS.

Selon les stations, les soins proposés peuvent être :

- les étuves locales de vapeur (Berthollaix®, Manudouche, Pédidaix®),
- l'application de boue ou de cataplasmes,
- les soins d'hydrothérapie (piscine d'hydromassage, douche au jet, baignoires hydromassantes, douches pénétrantes...).



Vous souffrez également d'une
AUTRE PATHOLOGIE ?

Découvrez la double orientation : en 6 jours, traitez vos 2 pathologies.

PHLÉBOLOGIE : Aix-les-Bains

VOIES RESPIRATOIRES : Berthemont-les-Bains, Bourbonne-les-Bains, Montbrun-les-Bains, Saint-Lary-Soulan et Vernet-les-Bains

MALADIES CARDIO-ARTÉRIELLES : Royat

AFFECTIONS DIGESTIVES ET MALADIES

MÉTABOLIQUES : Santenay et Thonon-les-Bains

AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRES :

Thonon-les-Bains

*Aux thermes de Royat, visite chez le médecin thermal obligatoire

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains

PHLÉBOLOGIE

- 6 jours -

La mini cure en Phlébologie s'adresse aux personnes souffrant d'insuffisance veineuse chronique (jambes lourdes, œdèmes...) et d'insuffisance lymphatique des membres supérieurs. Cette mini cure va donc concentrer ses actions sur la circulation sanguine ainsi que sur la pompe musculaire du mollet afin de faciliter le retour veineux.

Cette mini cure santé de 6 jours se compose de
4 SOINS THERMAUX PAR JOUR, réalisés en alternance Jour A / Jour B.



Jour
A

BAIGNOIRE À HYDROJETS
DOUCHE SOUS AFFUSION AVEC MODELAGÉ
DOUCHE AU JET
VITALAIX® (couloir de marche)



Jour
B

BAIGNOIRE À HYDROJETS
KNEIPPOTHÉRAPIE (étuve locale de vapeur)
COMPRESSES D'EAU THERMALE
VITALAIX® (couloir de marche)

295€ /personne
pour 6 jours

Vous souffrez également de

RHUMATISMES ?

Découvrez la double orientation : en 6 jours, traitez vos 2 pathologies. Notre station d'Aix-les-Bains propose une mini cure santé en double orientation :
RHUMATOLOGIE + PHLÉBOLOGIE.

Présente dans nos stations de Berthemont-les-Bains, Bourbonne-les-Bains, Enghien-les-Bains, Montbrun-les-Bains, Saint-Lary-Soulan et Vernet-les-Bains

VOIES RESPIRATOIRES

- 6 jours -

La mini cure santé en Voies Respiratoires est indiquée pour les personnes souffrant d'**asthme**, de **rhinopharyngites**, de **bronchites** et de **laryngites à répétition**. Cette mini cure va permettre de **dégager les voies respiratoires**, **balayer les sécrétions** et **assainir les trompes** (le nez et la gorge), **nettoyer les muqueuses en profondeur**, **favoriser la régénération des muqueuses** et **apaiser les inflammations**.



Soins

Cette mini cure santé se compose de **4 SOINS THERMAUX PAR JOUR PENDANT 6 JOURS**.

Selon les stations, les soins proposés peuvent être :

- les aérosols simples, soniques,
- les inhalations,
- les bains nasaux,
- les humages...

295€ /personne
pour 6 jours

Vous souffrez également de **RHUMATISMES ?**

Découvrez la double orientation : en 6 jours, traitez vos 2 pathologies.

Nos stations de Berthemont-les-Bains, Bourbonne-les-Bains, Montbrun-les-Bains, Saint-Lary-Soulan et Vernet-les-Bains proposent une mini cure santé en double orientation : **RHUMATOLOGIE + VOIES RESPIRATOIRES**.

Exclusivement aux thermes de Royat

MALADIES CARDIO- ARTÉRIELLES

- 6 jours -

Pour cette
mini cure, une
consultation chez
le médecin thermal
est obligatoire.

La mini cure en Maladies Cardio-Artérielles est spécialisée dans le traitement de l'**artérite**, les **ulcères artérioveineux** ou le **phénomène de Raynaud**. L'effet vasodilatateur du gaz thermal permet de **dilater les vaisseaux sanguins** et d'**améliorer la circulation sanguine**.

Soins

Cette mini cure santé se compose de
4 SOINS THERMAUX PAR JOUR PENDANT 6 JOURS.

Les soins prodigués durant cette mini cure à Royat sont :

- bain local, bain de gaz sec (général et local),
- douche générale ou locale au jet,
- couloir de marche,
- douche spéciale pour artérite,
- douche de vapeur thermale,
- injections sous-cutanées de gaz thermal...

295€ /personne
pour 6 jours

Vous souffrez également de
RHUMATISMES ?

.....
Découvrez la double orientation : en 6 jours, traitez vos 2 pathologies.
Notre station de Royat propose une mini cure santé en double orientation :
RHUMATOLOGIE + MALADIES CARDIO-ARTÉRIELLES.

Exclusivement aux thermes de Santenay et de Thonon-les-Bains

AFFECTIONS DIGESTIVES ET MALADIES MÉTABOLIQUES

- 6 jours -

Cette mini cure santé a pour but de **neutraliser les bactéries présentes dans l'organisme et nettoyer l'appareil digestif afin de prévenir les infections**. Elle est destinée aux personnes souffrant de troubles de la digestion, d'obésité ou encore de maladies métaboliques comme le **diabète de type 2**.

Soins

Cette mini cure santé se compose de
4 SOINS THERMAUX PAR JOUR PENDANT 6 JOURS.

Les soins prodigués durant cette mini cure à Santenay ou à Thonon-les-Bains sont :

- bain avec aërobain, douche sous immersion en piscine,
- douche pénétrante,
- cure de boisson thermale,
- application de boue ou de cataplasme,
- douche au jet,
- étuve locale...

295€ /personne
pour 6 jours

Vous souffrez également de

RHUMATISMES ?

.....
Découvrez la double orientation : en 6 jours, traitez vos 2 pathologies. Nos stations de Santenay et de Thonon-les-Bains proposent une mini cure santé en double orientation : **RHUMATOLOGIE + AFFECTIONS DIGESTIVES ET MALADIES MÉTABOLIQUES.**

Exclusivement aux thermes de Thonon-les-Bains

AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE

- 6 jours -

La mini cure santé en affections de l'appareil urinaire est indiquée pour les personnes souffrant de **calculs rénaux, d'infections urinaires, de cystites et prostatites ou encore d'insuffisances rénales légères**. Cette mini cure vise à **nettoyer l'arbre urinaire et soulager / prévenir les douleurs**.



Soins

Cette mini cure santé se compose de **4 SOINS THERMAUX PAR JOUR PENDANT 6 JOURS**.

Les soins prodigués durant cette mini cure à Thonon-les-Bains sont :

- bain avec aérobain, douche sous immersion en piscine,
- douche pénétrante,
- cure de boisson thermale,
- application de boue ou de cataplasme,
- douche au jet,
- étuve locale...

295€ /personne
pour 6 jours

Vous souffrez également de
RHUMATISMES ?

Découvrez la double orientation : en 6 jours, traitez vos 2 pathologies. Notre station de Thonon-les-Bains propose une mini cure santé en double orientation : **RHUMATOLOGIE + AFFECTIONS DE L'APPAREIL URINAIRE**.

THÉMATIQUES

MINI CURES

Les mini cures THÉMATIQUES ont été pensées pour un apaisement ciblé.

Que vous ayez de l'arthrose aux mains, des douleurs aux jambes ou envie de prendre un moment pour vous, vous trouverez votre bonheur parmi les 9 mini cures thématiques ValVital.





ASSOUPPLISSEMENT DES MAINS **p.14**
Aix-les-Bains

JAMBES LÉGÈRES **p.15**
Aix-les-Bains, Lectoure, Lons-le-Saunier

CURENAÎTRE **p.16**
Aix-les-Bains

BIEN-ÊTRE **p.17**
Aix-les-Bains, Berthemont-les-Bains,
Bourbonne-les-Bains, Montbrun-les-Bains,
Morsbronn-les-Bains, Niederbronn-les-Bains,
Saint-Lary-Soulan, Santenay

**NANCY THERMAL
EXPÉRIENCE** **p.18**
Nancy

DÉTENTE THERMALE **p.19**
Aix-les-Bains, Nancy

DOUCEUR **p.20**
Aix-les-Bains, Bourbonne-les-Bains,
Lectoure, Lons-le-Saunier, Montbrun-les-Bains,
Morsbronn-les-Bains, Niederbronn-les-Bains,
Santenay, Thonon-les-Bains

SPÉCIAL DOS **p.21**
Aix-les-Bains, Nancy

ÉQUILIBRE **p.22**
Enghien-les-Bains, Santenay, Vernet-les-Bains

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains

ASSOUPPLISSEMENT DES MAINS - 6 jours -

Cette mini cure vous apporte tous les bienfaits des soins
thermaux et spécifiques pour vos mains : **assouplissement,
détente et diminution des douleurs.**



Soins

24 SOINS THERMAUX*

- 6 manudouches (étuves locales)
- 3 modelages sous eau (dos, mains et membres supérieurs)
- 3 baignoires à jets
- 6 enveloppements des mains à la paraffine
- 6 modelages des mains



Ateliers

2 ATELIERS SANTÉ*

- 1 cours d'assouplissement des mains
- 1 cours d'école de la main pour vous permettre de pratiquer chez vous



Spa

ACCÈS ESPACE AQUA-DÉTENTE

tous les jours de soins

380€ /personne
pour 6 jours

*Soins et ateliers les après-midis

Sessions 2024 du 19/02 au 25/11

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains,
Lectoure et Lons-le-Saunier

JAMBES LÉGÈRES

- 6 jours -

NOUVELLE
MINI CURE
2024

Cette mini cure est une expérience revigorante.
Ces soins sont recommandés pour les personnes souffrant de **rétenion d'eau**, de **sensations de jambes lourdes**. Les sportifs peuvent également bénéficier de ces soins pour **récupérer après un effort physique**.

À AIX-LES-BAINS

28 SOINS THERMAUX*

- 1 gommage corps
- 3 douches à jet avec cercle d'eau froide
- 1 cercle d'eau froide
- 6 parcours de marche en eau thermale
- 3 bains hydromassants
- 3 massages vasculaires
- 5 Pédidaix Kneipp
- 3 compresses de cryothérapie
- 1 séance de cryothérapie
- 2 soins sous pluie thermale

ACCÈS ESPACE AQUA-DÉTENTE

tous les jours de soins

Contre-indications : état infectieux, dermatoses, varices, ulcères, phlébite et cancer en évolution.

*Soins les après-midis

590€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

Date de début : 24/06, 01/07,
15/07, 22/07, 19/08 et 26/08

À LECTOURE ET LONS-LE-SAUNIER

26 SOINS THERMAUX

- 6 couloirs de marche
- 4 douches à jets localisées
- 4 bains hydromassants
- 4 douches pénétrantes
- 2 modelages sous eau (20 min)
- 2 modelages drainants membres inférieurs (20 min)
- 2 thalaxions (20 min) uniquement à Lectoure
- 2 pressothérapies (30 min) uniquement à Lons-le-Saunier

OPTION + 50€

À LONS-LE-SAUNIER :

entrée à l'espace aqua-détente pendant 6 jours

345€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

Durant toute la
saison thermale

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains

CURENAÎTRE

- 6 jours -

Cette cure de **prévention en santé** vous propose 2 thèmes : **activité physique et gestion du stress**. Vous choisissez le thème qui vous convient et, durant une semaine, vous profitez de soins thermaux, de bilans éducatifs partagés, d'ateliers et d'activités en lien avec le thème choisi.



Soins

3 SOINS THERMAUX* 1 JOUR SUR 2

- bain avec aérobain
- Berthollaix®
- boue

2 BILANS ÉDUCATIFS PARTAGÉS



Ateliers

2 ATELIERS*

- 1 accompagnement au changement
- 1 atelier autour du thème choisi

ACTIVITÉS SANTÉ*

- activités physiques (autour du thème choisi)
- activités libres (autour du thème choisi)



Spa

ACCÈS ESPACE AQUA-DÉTENTE

tous les jours de soins

380€ /personne
pour 6 jours

*Soins, ateliers et activités les après-midis

Sessions 2024 11/03 et 27/05

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains,
Berthemont-les-Bains, Bourbonne-les-Bains,
Montbrun-les-Bains, Morsbronn-les-Bains,
Niederbronn-les-Bains, Saint-Lary-Soulan et Santenay

BIEN-ÊTRE - 3 et 6 jours -

Durant 6 jours, profitez de soins
thermaux spécialement pensés pour
un **moment de détente et de bien-être**
ainsi que d'un accès quotidien
à l'espace aqua-détente*.



Les soins thermaux
proposés dépendent
des stations.

270€ /personne
pour 6 jours

Aix-les-Bains, Berthemont-les-Bains, Bourbonne-
les-Bains, Montbrun-les-Bains, Morsbronn-les-Bains,
Niederbronn-les-Bains, Saint-Lary-Soulan, Santenay

160€ /personne
pour 3 jours

Berthemont-les-Bains, Bourbonne-les-Bains, Montbrun-
les-Bains, Morsbronn-les-Bains, Niederbronn-les-Bains,
Saint-Lary-Soulan, Santenay

Sessions 2024 Juillet-août

Spécificité pour les débuts de sessions à **Aix-
les-Bains** : 24/06, 01/07, 08/07, 15/07, 22/07,
31/07, 05/08, 12/08 et 19/08. Spécificité pour
Berthemont-les-Bains : sessions d'avril à août.

*Remplacé par une séance de hammam
par jour dans les stations de Morsbronn-les-Bains
et Niederbronn-les-Bains

Exclusivement aux thermes de Nancy Thermal

NANCY THERMAL EXPÉRIENCE - 6 jours -

Offrez-vous un **soin complet du corps et de l'esprit** grâce à ce programme élaboré pour une expérience complète à Nancy Thermal. Accordez à votre corps une semaine de détente et de décontraction profonde grâce à la **combinaison des soins thermaux et des soins de détente dans l'espace bien-être.**

449€
*/personne
pour 6 jours*

Soins

10 SOINS THERMAUX

- 2 massages sous eau thermale
- 3 piscines avec aérobain
- 2 bains hydromassants
- 2 cataplasmes d'argile
- 1 étuve corps

1 MODELAGE DU CORPS ÉQUILIBRE (60 min)

1 SOIN DU VISAGE ÉCLAT OU NOURRISSANT / PURIFIANT (45 min)

Ateliers

2 ATELIERS DE RELAXATION PARMi

le yoga, la cohérence cardiaque,
la détente en eau chaude

Spa

ACCÈS ESPACE À L'ESPACE WELLNESS

 (2h)

tous les jours de soins

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains et Nancy Thermal

DÉTENTE THERMALE

- 6 jours -

Profitez d'une expérience d'une semaine pour **changer profondément vos mauvaises habitudes corporelles et posturales**. Cette mini cure combine les bienfaits des eaux thermales avec un apprentissage, par des experts, des mouvements que vous pouvez adapter dans votre quotidien **pour un changement durable**.

À AIX-LES-BAINS

15 SOINS THERMAUX*

- 3 enveloppements de vapeur (Berthollaix®)
- 3 applications de boue thermale
- 3 soins d'hydrothérapie
- 3 modelages sous eau thermale
- 3 bains hydromassants aux sels parfumés

1 SOIN DU VISAGE* (45 min)

2 ATELIERS SANTÉ*

- 1 atelier de détente en eau chaude (le matin à 8h45)
- 1 atelier de cohérence cardiaque

2 COURS D'ACTIVITÉS PHYSIQUES*

- 1 cours de Yoga
- 1 cours de Pilates

ACCÈS ESPACE AQUA-DÉTENTE

tous les jours de soins

490€ /personne
pour 6 jours

*Soins, ateliers et activités les après-midis

Sessions 2024

11/03, 13/05, 08/07,
21/10 et 18/11

À NANCY THERMAL

3 SOINS THERMAUX PAR JOUR

bains, piscines à jet,
cataplasmes

1 BILAN KINÉ (45 min)

1 COURS DE RELAXATION AU CHOIX

sophro, Qi Gong, yoga

1 ATELIER DIÉTÉTIQUE

7 SÉANCES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES

3 VISITES

d'un lieu culturel et/ou
touristique lors d'une marche
nordique

499€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

Appelez le
04 79 35 38 50.

Exclusivement aux thermes d'Aix-les-Bains, Bourbonne-les-Bains, Lectoure, Lons-le-Saunier, Montbrun-les-Bains, Morsbronn-les-Bains, Niederbronn-les-Bains, Santenay et Thonon-les-Bains

DOUCEUR

- 6 jours -

Cette mini cure vous plonge dans **une bulle de douceur** le temps d'une semaine.



Soins

4 SOINS THERMAUX PAR JOUR

différents selon la station choisie

1 SOIN DU VISAGE (45 min)

2 MODELAGES DU CORPS (30 min)



Spa

ACCÈS ESPACE AQUA-DÉTENTE

tous les jours de soins

410€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024 durant toute la saison thermale

Spécificité pour les débuts de sessions à **Aix-les-Bains** : 08/04, 17/06, 16/09, 7/10 et 4/11.
Spécificité pour **Morsbronn-les-Bains** et **Niederbronn-les-Bains** : sessions uniquement sur juillet et août.

Exclusivement aux thermes
d'Aix-les-Bains et de Nancy Thermal

SPÉCIAL DOS - 6 jours -

Lombalgies, raideurs, douleurs dorsales ou vertébrales, votre activité ou votre style de vie vous expose à des douleurs du dos ? ValVital a imaginé cette mini cure santé pour vous ! Composée de soins thermaux, d'activités physiques et d'un accès quotidien à l'espace aqua-détente, cette mini cure offrira détente et relaxation à votre dos.

À AIX-LES-BAINS

685€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

18/03, 22/04, 10/06,
19/08, 14/10 et 25/11

.....

À NANCY THERMAL

399€ /personne
pour 6 jours

**Le +
d'Aix-les-Bains**
Gardez les bons
gestes à la maison
avec des ateliers
santé et des conseils
spécialisés !

Exclusivement aux thermes d'Enghien-les-Bains,
Santenay et Vernet-les-Bains



ÉQUILIBRE

- 6 jours -

Cette mini cure vous plonge dans **un moment ressourçant et de détente** le temps d'une semaine pour retrouver la sérénité.

À ENGHIEU-LES-BAINS

4 à 6 SOINS THERMAUX PAR JOUR

2 MODELAGES ÉQUILIBRE CORPS (1h)

2 SÉANCES DE BOL D'AIR JACQUIER
en début et fin de soins

1 ACCÈS AU SPA DIANE BARRIÈRE
tous les jours de soins

450€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

Durant toute la saison
thermale

À SANTENAY

4 SOINS THERMAUX PAR JOUR

1 SOIN DU VISAGE

1 MODELAGE MINCEUR

2 ACTIVITÉS PHYSIQUES
séances d'aquagym

345€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

Durant toute la saison
thermale

À VERNET-LES-BAINS

4 SOINS THERMAUX PAR JOUR

1 SOIN AU CHOIX

étiopathie ou autre, conférence,
atelier du moment

2 MASSAGES (60 min)

1 ACCÈS À L'ESPACE AQUA-DÉTENTE
tous les jours de soins, en illimité

450€ /personne
pour 6 jours

Sessions 2024

Durant toute la saison thermale

AVEC HÉBERGEMENT

pour 1 personne **750€**

pour 2 personnes **1250€**





ValVital

Contactez-nous

par téléphone : 04 79 35 38 50
(du lundi au vendredi de 9h à 18h)
ou par mail : info@valvital.fr

www.valvital.fr

Directrice de publication : Mathilde Cossin / Conception graphique : Nowooo / Crédits photos : Megapix'ailes, Jérôme Mondière. Les visuels d'illustration contenus dans les brochures et documentations communiquées par le CEB pour le compte de ses filiales n'ont pas de valeur contractuelle et sont indicatifs. Les tarifs indiqués sont valables à la date d'édition de ce document et sont susceptibles d'être modifiés au cours de la saison thermale. Compagnie Européenne des Bains - SAS au capital de 308 640 € - RCS PARIS 352 840 862 - Siège social : 16 rue de Beaujolais 75001 Paris - TVA : FR 10 352 840 862. Édition janvier 2024.