

Balnéo Néouvielle-Gavarnie, la rando bien-être



PRESENTATION

7 jours - 6 nuits - 6 jours de balades

Randonnée en étoile sans portage - Nuits en hôtel 3***

Gavarnie, le cirque de Troumouse, la réserve du Néouvielle... Les sites les plus majestueux des Pyrénées en randonnée, alliés à un programme thermal de grande qualité au spa Cieléo de Barèges.

Vous apprécierez ce bol d'air pur pyrénéen, dans une nature riche et préservée, au cœur du Parc National des Pyrénées et de la Réserve Naturelle du Néouvielle, avec des randonnées progressives en compagnie d'un accompagnateur connaissant parfaitement la région. Chaque fin d'après-midi, les séances «bien-être» aux thermes de Barèges feront oublier petites raideurs et soucis. Fatigue, stress ou mal de dos se dissiperont grâce au programme varié de bains, massages et soins de détente. Un cocktail de santé !

Les points forts

- Les innombrables lacs du Néouvielle
- Le majestueux Cirque de Gavarnie
- Le dîner chez Louïsette
- Les 3 options Bien-Être

PROGRAMME

Jour 1

Lac d'Oncet

Accueil et transfert jusqu'à Barèges. Randonnée dans la région du Lac d'Oncet au pied du Pic du Midi de Bigorre. L'observatoire astronomique trône fièrement sur la pyramide que forme le pic, et domine les estives dans lesquelles nous évoluerons.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : + 450m / - 450m Temps de marche : 3h. Temps de transfert : 1h

Jour 2

Cirque de Troumouse

Transfert, puis randonnée dans le Cirque de Troumouse, au cœur du Parc National, à la rencontre des marmottes et peut-être des isards. L'itinéraire, débutant de Héas, monte au pied de la Munia, magnifique 3000 et passe aux lacs des Aires avant de revenir en boucle au point de départ. Au milieu des pâturages du cirque de Troumouse, les crêtes forment une couronne gigantesque qui nous domine de plusieurs centaines de mètres de haut.

Option Bien-Être : en fin d'après-midi présentation des thermes et première pause détente.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : + 600m / - 600m Temps de marche : 5h Temps transfert : 40min

Jour 3

Massif du Néouvielle - Lac Dets Coubous

Randonnée dans le massif du Néouvielle, au cœur du cirque granitique et lacustre Dets Coubous, parsemé de pins à crochets, avec une magnifique boucle passant au lac Nere. Dans ce décor harmonieux dominé de jolis petits sommets, la randonnée prend des allures féériques.

Option Bien-Être : pause détente en fin d'après-midi.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : + 750m / - 750m Temps de marche : 5h à 6h

Jour 4

Cirque de Gavarnie

Transfert et randonnée au cœur de l'incontournable Cirque de Gavarnie ; paysage démesuré parmi les plus spectaculaires qu'il soit possible d'admirer en France, constitué d'immenses gradins entre lesquels s'agrippent les neiges éternelles et d'où naissent une foison de cascades qui se précipitent par-dessus les falaises vertigineuses de l'ancre du cirque. Nous l'aborderons par des sentiers magnifiques et originaux, qui nous permettront de l'admirer sous ses plus beaux aspects.

Option Bien-Être : pause détente en fin d'après-midi.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : + 500m / - 500m Temps de marche . 4h Temps transfert : 35min

Jour 5

Plateau Lumière

Randonnée douce et bucolique au départ de Barèges, vers le "plateau de Lumière"; la balade débute dans une belle forêt, puis aboutit dans de très jolis prés parsemés de granges et travaillés de manière traditionnelle. Dans cette douceur d'antan, la vue s'ouvre sur le joli massif granitique de l'Ardiden et domine les villages aux toits d'ardoises posés sur le fond de vallée. Retour sur Barèges. Encas de débardage dans la forêt, cet itinéraire pourra être remplacé par une randonnée offrant la même ambiance, sur la Montagne Fleurie et les granges de Midaou.

Option Bien-Être : pause détente en fin d'après-midi.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : + 450m / - 450m Temps de marche : 4h

Jour 6

Massif du Néouvielle - La Glère

Randonnée de lac en lac dans le magnifique bassin de La Glère, au pied du Néouvielle et du Turon. Ces fiers sommets dépassant les 3000 m dominant cet univers lacustre dans une ambiance de haute-montagne. Le soir venu, repas convivial « Chez Louissette », dans une auberge au milieu des sapins.

Option Bien-Être : pause détente en fin d'après-midi.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : + 800m / - 800m

Temps de marche : 5h

Jour 7

Fin du séjour

Transfert à Lourdes et fin du séjour dans la matinée.

Temps transfert : 30min

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

DISPOSITIONS COVID-19

Le **Pass sanitaire et/ou vaccinal n'est plus obligatoire** pour partir sur ce séjour.

Par précaution, nous vous invitons à réaliser un autotest avant votre départ.

Pour le séjour, munissez-vous (au cas où vous tomberiez malade ou que d'autres le soient...) :

- d'au moins **3 auto-tests**
- de **quelques masques**
- de poches zippées pour les masques et autres papiers usagés
- de **gel hydro-alcoolique**
- d'un **thermomètre**

Les hôtes qui vous recevront pourront vous demander d'appliquer certaines consignes sanitaires. De même avec certains transporteurs. Par respect envers eux et les autres personnes qui fréquentent les mêmes lieux, nous vous demandons de vous engager à les respecter.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous

A 10h30 devant la gare de Lourdes. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

Arrivée en avion

L'aéroport le plus proche est celui de Tarbes - Lourdes - Pyrénées. De l'aéroport, soit prendre au niveau « Arrivées » de l'aérogare, la ligne de bus n°2 « Maligne des Gaves » (dessert les villes et gares de Tarbes, Lourdes et les stations de montagne d'Argelès-Gazost, Luz Saint-Sauveur et Barèges).

<http://www.tlp.aeroport.fr/>

Soit prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare.

Possibilité également de venir via l'aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilys 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare ; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>

Sinon taxi de l'aéroport à la gare de Pau, compter environ 20 €.

De là, train TER (35 min. de trajet) jusqu'à la gare de Lourdes.

Arrivée en train

TGV, train ou train de nuit pour Lourdes, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse. Tél SNCF : 36 35. <https://www.sncf-connect.com>

Arrivée en voiture

Lourdes est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12. Après la sortie d'autoroute, suivre la nationale N21 sur 15 kms environ, jusqu'à Lourdes. Accès également possible par routes nationales.

Covoiturage

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager : <http://www.blablacar.fr/>

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site www.comparabus.fr. Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

Parking

Parking, non gardé, situé en contrebas du rond-point situé devant la gare.

Parking, non gardé, à droite sur l'avenue St Joseph, environ 200m après avoir laissé la gare à main gauche. Parking souterrain gardé de Peyramale, à 500m de la gare, en centre ville. Compter 30 à 50 € la semaine (selon saison).

Eventuellement parking possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE

Si vous désirez arriver la veille ou rester après le séjour, voici des adresses d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel** Lutetia (<http://www.lutetialourdes.fr/index.html>), 19 av. de la gare à Lourdes. Parking selon disponibilité. Tél : 05 62 94 22 85. Mail : info@lutetialourdes.fr

Attention, il se peut que pour votre séjour nous ayons dû choisir un autre hébergement que celui mentionné ci-dessus; renseignez-vous auprès de nos bureaux quelques jours avant le départ.

Adresse d'hébergement à l'étape du premier soir :

Si vous désirez vous y rendre directement, prévenez-nous au plus tard 1 semaine avant le départ afin que le groupe ne vous attende pas inutilement au point de rendez-vous.

Hôtel*** de l'Alphée, à Barèges, Tel : 06 81 42 70 22. Mail : alphee.tourmalet@sfr.fr Hôtel*** Beau Séjour (<http://www.hotel-beausejour.com/fr/index.php#index.php>), 16 av. de la gare à Lourdes. Parking gratuit sécurisé dans le parc de l'hôtel; sur demande (en supplément) possibilité de prise en charge à l'aéroport avec navette privée de l'hôtel. Tél : 05 62 94 38 18. Mail : reservation@hotel-beausejour.com

DISPERSION

Dispersion vers 10h à Lourdes.

TRANSFERTS INTERNES

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

De manière exceptionnelle, nous pouvons être amenés à vous solliciter quelques jours ou semaines avant le départ pour utiliser votre véhicule personnel, moyennant une indemnité forfaitaire. Vous n'aurez évidemment aucune obligation d'accepter cette proposition, mais sachez que les personnes transportées et le véhicule utilisé seront assurés « tous risques » par nos soins.

NIVEAU

2 chaussures

Environ 4 à 6 heures de marche par jour, avec un dénivelé de 400 à 800 mètres.

Il faut être en condition physique correcte, et être capable de marcher plusieurs heures en montagne.

Nous vous recommandons également d'aller consulter votre médecin afin de savoir si une semaine de remise en forme ne vous est pas contre-indiquée (soins eaux thermales, contrastes de température ou d'humidité...).

HEBERGEMENT

En hôtel*** confortable et refait à neuf, situé au cœur du village de Barèges, en chambre double ou twin (chambre individuelle en supplément). Convivialité et cocooning sont au rendez-vous.

REPAS

Petits déjeuners et dîners seront pris à l'hôtel. Dernier dîner "Chez Louissette", une authentique auberge perdue dans les bois. Nous pique-niquerons les midis.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne portez que vos affaires à la journée

GROUPE

Le groupe sera constitué de 5 à 15 participants.

ENCADREMENT

Il sera assuré par un accompagnateur diplômé et spécialiste de la région.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : Quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : Shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique. Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.
- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VETEMENTS

- 1 chapeau ou casquette ou foulard,
- 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou,
- 1 paire de gants chauds,
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues,
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible),
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche,
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant,
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide,
- Des sous-vêtements,
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif, en vue d'éventuelles baignades),
- Un bonnet de bain, une paire de tongs, et un maillot de bain (slip de bain pour les hommes) pour les thermes,
- Des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine,
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour,
- 1 paire de guêtres (facultatif),
- Des vêtements et chaussures confortables pour le soir.

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac,
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités,
- 1 paire de bâtons (facultatif),
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème

solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos),

- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante (type Lifestraw®, Katadyn MyBottle®, Life Saver®...),
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...),
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée,
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel),
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas),
- Nécessaire de toilette,
- Boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores),
- Des mouchoirs,
- Du papier toilette,
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions),
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile,
- Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue),
- Facultatif : appareil photo, jumelles, matériel de peinture...

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- Vos médicaments habituels,
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence,
- Médicaments contre les troubles digestifs,
- Pastilles contre le mal de gorge,
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8cm de large x 2,5m,
- Pansements type Steri-Strip,
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes,
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules),
- Pince à épiler,
- Petits ciseaux,
- Vitamine C,
- Pince à échardes,
- Gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel").

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

PENSEZ-Y

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe. Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Séjour du dimanche au samedi

OPTIONS

Supl. option Balnéo : 155 €

Supl. option Modelage : 150 €

Supl. option SPA (4 entrées) : 60 €

LE PRIX COMPREND

- La pension complète,
- L'accompagnement par un accompagnateur en montagne diplômé,
- Les transferts prévus au programme.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons,
- L'option bien-être (en supplément),
- Les assurances

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

Le cirque de Gavarnie

Mondialement connu, le cirque de Gavarnie est un grand site pyrénéen. Cette muraille calcaire constituée de plusieurs gradins, est couronnée de sommets prestigieux dépassant les 3000 mètres, tel le Taillon ou le Marboré. La grande cascade, haute de plus de 400 mètres, est la septième au monde. De tous temps, Gavarnie a attiré nombre de poètes, peintres, aventuriers et autres amoureux de la nature. Même si le sentier menant au fond du cirque est particulièrement fréquenté durant la période estivale, le site n'en demeure pas moins incontournable, d'autant que de nombreux « chemins de traverses », que nous vous ferons découvrir, permettent d'admirer le cirque sous ses plus beaux aspects. Le cirque de Troumouse mérite également le détour ; les dénivelés du cirque sont certes plus modestes, mais la circonférence est particulièrement importante.

La Réserve Naturelle du Néouvielle

La Réserve Naturelle du Néouvielle, créée en 1935 sur une enclave de la commune de Vielle-Aure dans les Hautes Pyrénées, s'étend sur 2300 ha. Sur sa partie occidentale, elle jouxte le Parc National des Pyrénées, formant une extension de ce dernier. Le massif du Néouvielle est un secteur lumineux, qui jouit d'un microclimat relativement ensoleillé.

Montagne granitique, le Néouvielle culmine à 3091 m. Son glacier a maintenant disparu, et il ne subsiste plus durant l'été, que quelques neiges éternelles qui se mirent dans les eaux émeraudes ou turquoises de ses innombrables lacs.

C'est un lieu particulièrement agréable pour la randonnée, qui permet de découvrir des vallons uniques, d'une richesse naturelle exceptionnelle ; la réserve ne compte pas moins de 1000 espèces de plantes, dont une quinzaine protégées au plan national, autant d'invertébrés, et une centaine de vertébrés...

Les paysages caractéristiques se composent de lacs, parfois entourés de pins à crochets, avec des sommets enneigés en arrière plan, mais aussi de pelouses, landes et éboulis. À chaque instant, c'est un nouvel émerveillement qui saisit le randonneur.

Les Parcs Naturels de France et d'Espagne

Parc National, Parc Naturel Régional, Espace Naturel Sensible, Reserva Natural...

Vous êtes sur le point de fouler l'un des espaces naturels protégés des Pyrénées. Mais savez-vous ce que cela signifie ?

De la prise de conscience de la perte alarmante du patrimoine naturel et de la biodiversité sont nées des résolutions au niveau des gouvernements visant à permettre à certains espaces naturels d'être préservés. C'est ainsi que sont apparus, partout dans le monde des Espaces Naturels Protégés.

L'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) définit un espace naturel protégé

comme « un espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, juridique ou autre, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services écosystémiques et les valeurs culturelles qui lui sont associées. »

En France, comme en Espagne, on dénombre plusieurs déclinaisons d'espaces naturels protégés, mais leur raison d'être fondamentale correspond toujours à la préservation des caractéristiques écologiques du site.

Au sein de la chaîne pyrénéenne, on dénombre pas moins de 18 parcs d'importances régionales et nationales, qui s'ajoutent aux autres types d'espaces protégés, de taille plus réduite (Réserve de Biosphère, Arrêté de Biotope, ...). Leur statut, lié aux enjeux écologiques dont ils sont le théâtre, fait de ces espaces des lieux de prédilection pour des séjours de découverte du milieu naturel.

Parcs d'importance Nationale : Ordesa y Monte Perdido, Aigüestortes y Estany de Sant Maurici, L'Albera, Parc des Pyrénées.

Parcs d'importance Régionale : Aiako Harria, Aralar, Urbas Andias, Valles Occidentales, Sierra y Cañones de Guara, Posets-Maladeta, Alt Pirineu, Cadí-Moixeró, Zona Volcanica de Garrotxa, Cap de Creus, Vall de Sorteny, Vall del Madriu-Perafita-Claror, Pyrénées Ariégeoises, Pyrénées Catalanes.

Il apparaît donc qu'un comportement adapté au milieu sensible se doit d'être observé afin de préserver le site. Ainsi, aux recommandations de respect valables en tout type de milieu s'ajoute une attention accrue concernant celui des formes de vie rencontrées et des cours d'eau :

- Un comportement calme est à observer afin de limiter le dérangement envers la faune présente. Une attitude menaçante envers tout animal est bien entendu à proscrire, et il en est de même concernant la cueillette de toute espèce végétale. Nombre d'entre elles sont par ailleurs protégées internationalement du fait de leur rareté ou de leur statut d'espèce menacée. Respectons-les !
- Les cours d'eau sont également d'une grande fragilité : de leur qualité dépend la vie qui les entoure. Pensez à utiliser des produits (anti-moustique, cosmétiques, savons, ...) respectueux de l'environnement : après usage, leur vie se termine toujours dans les cours d'eau.

En résumé, dans un espace protégé, comme partout ailleurs : « seule l'empreinte de nos pas doit rester derrière nous ».

Pour en savoir plus sur les Espaces Naturels Protégés de France, leurs déclinaisons, et le règlement propre à chacun d'eux, consultez le site de l'INPN, l'Inventaire National du Patrimoine Naturel :

<https://inpn.mnhn.fr>

Plus d'informations sur les Espaces Naturels Protégés d'Espagne : <http://www.spain.info/>

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/25000ème IGN Top 25, 1748 ET,
- Carte au 1/25000ème IGN Top 25, 1748 OT,
- Carte au 1/50000ème Bigorre, Parc National des Pyrénées (N4). Rando éditions.

BIBLIOGRAPHIE

- « Victor Hugo aux Pyrénées, ou la randonnée d'un poète » Ed. Randonnée Pyrénéennes,
- « Gavarnie », d'Antonin NICOL.

ADRESSES UTILES

Office de tourisme de Barèges ; tél. : 05 62 92 16 00

ACTIVITES

LES OPTIONS BIEN-ÊTRE (non cumulable)

Ces options doivent obligatoirement être réservées au moment de votre inscription. L'ordre des soins peut-être modifié, en fonction des disponibilités du planning. Peignoir et serviette sont inclus. Il est possible de réserver des soins supplémentaires directement auprès des Thermes de Barèges : Cieleo.

L'option Spa :

4 pass illimités à l'espace spa (piscine sous voûte étoilée artificielle, bain bouillonnant sous verrière avec vue panoramique vers le soleil couchant, hammam, sauna....)

L'option Balnéo :

4 pass illimités à l'espace spa + 4 soins d'eau thermale (1 bain hydromassant, 1 séance en bassin hydrotonic, 1 enveloppement de boue avec douche de rinçage à l'eau thermale, et, au choix, 1 douche au jet ou 1 douche massante).

L'option Modelage :

4 pass illimités à l'espace spa + 2 soins (1 enveloppement de boue avec douche de rinçage à l'eau thermale, 1 modelage sur mesure d'une durée de 25min).

Les serviettes, peignoirs et sandales ne sont pas fournis par le centre thermal. Vous pouvez amener les vôtres, ou bien les louer sur place (serviette ou peignoir à 2,5€ l'un, 3,5€ les deux. Sandales à 1,50€).