



LA FORME

ESCAPADE SANTE

🌀 2 jours de soins pour faire un break

- Modelage sous affusion
- Bain avec douche en immersion
- Douche à affusion
- Douche à jets tonifiants
- Application de boue thermique
- Accès cours d'aquagym et renforcement musculaire

REMISE EN SANTE

🌀 5* ou 6 jours de soins pour faire le plein d'énergie

- Modelage sous affusion
- Bain avec douche en immersion
- Douche de Vichy
- Douche à jets tonifiants
- Application de boue thermique
- Accès cours d'aquagym et renforcement musculaire

*Pour le forfait 5 jours, début de soins, obligatoirement le lundi. ♦



LA SANTÉ

DOULEURS ARTICULAIRES

🌀 6, 9 ou 12 jours de soins pour soulager les douleurs liées à l'arthrose et/ou le mal de dos

- Séance de mobilisation en piscine
- Application de boue thermique
- Massage sous l'eau par un kinésithérapeute
- Soins thermaux prescrits par le médecin thermal
- Programme nutritionnel individualisé (+ suivi 6 mois post-cure)

DIABÈTE

🌀 6, 9 ou 12 jours de soins pour prendre soin de vous et prévenir les risques liés au diabète de type 2, insulino dépendant

- Modelage sous affusion
- Bain avec douche en immersion
- Douche de Vichy
- Douche à jets lipodrainants
- Application de boue thermique
- Accès cours d'aquagym et renforcement musculaire
- Programme nutritionnel individualisé (+ suivi 6 mois post-cure)
- Entretien avec une infirmière
- Rendez-vous avec un podologue

LA MINCEUR

MAIGRIR À VICHY

🌀 6, 9 ou 12 jours de soins pour perdre du poids durablement

- Modelage sous affusion
- Bain avec douche en immersion
- Douche de Vichy
- Douche à jets lipodrainants
- Depresso-modelage
- Application de boue thermique
- Accès cours d'aquagym et renforcement musculaire
- Programme nutritionnel individualisé (+ suivi 6 mois post-cure)

LES SÉJOURS

MAIGRIR À VICHY, DOULEURS ARTICULAIRES MALADIE DOS ET DIABÈTE

Programme nutritionnel individualisé, Entretien de contrôle, conférences et ateliers. Accompagnement de 6 mois après la cure grâce au «système expert nutrition» accessible par internet.



À METTRE DANS VOS BAGAGES :

Maillot et bonnet de bain, sandales antidérapantes et tenue de sport

LES PLUS DÔMES :

Libre accès à «l'Espace Détente» : piscine d'eau thermique, sauna, hammam, bain bouillonnant, espace cardio-training

TARIFS 2019 - DU 21 MARS AU 12 NOVEMBRE

Taxe de séjour : 1,25 € par jour en sus

Les séjours		1	
		personne	personnes
EN CHAMBRE ET PETIT DE JEUNER			
Escapade santé	2 jours et 2 nuits	355	560
Remise en santé	5 jours et 5 nuits	1023	1671
	6 jours et 6 nuits	1222	1994
DEMI-PENSION			
Escapade santé	2 jours et 2 nuits	393	636
Remise en santé	5 jours et 5 nuits	1118	1861
	6 jours et 6 nuits	1336	2222
Douleurs Articulaires	6 jours et 6 nuits	1491	2532
	9 jours et 9 nuits	2198	3721
	12 jours et 12 nuits	2905	4910
PENSION COMPLETE			
Escapade santé	2 jours et 2 nuits	427	704
Remise en santé	5 jours et 5 nuits	1203	2031
	6 jours et 6 nuits	1438	2426
Douleurs Articulaires	6 jours et 6 nuits	1593	2736
	9 jours et 9 nuits	2351	4027
	12 jours et 12 nuits	3109	5318
Maigrir à Vichy	6 jours et 6 nuits	1576	2702
	9 jours et 9 nuits	2283	3891
	12 jours et 12 nuits	3058	5216
Diabète	6 jours et 6 nuits	1636	2822
	9 jours et 9 nuits	2343	4011
	12 jours et 12 nuits	3119	5338

*Les séjours «MAIGRIR À VICHY» et «DIABÈTE» sont obligatoirement en pension complète diététique pour un suivi personnalisé

Possibilité d'ajouter un accompagnant sans soins sur demande

CANAL+

EUROSPORT



bein SPORTS



sont disponibles gratuitement dans toutes les chambres.



Formés à l'Institut Michel Guérard, le Chef et son Second vous proposent de découvrir ou redécouvrir à **LA TABLE LESNATIONS** une cuisine diététique, saine et savoureuse, s'inscrivant dans le cadre des programmes de cure.



LESNATIONS
Hôtel*** Restaurant VICHY

13 Boulevard de Russie - 03200 Vichy
Tél. : +33 (0)4 70 98 21 63

www.hotel-lesnations.com

accueil@hotel-lesnations.com



LESNATIONS
Hôtel*** Restaurant VICHY



Crédit: photos: Hôtel Les Nations / Compagnie des Vichy / J. Monodière / 123PEF



à 5 minutes à pied des Thermes «Les Dômes»

Hôtel Restaurant LESNATIONS

Le charme d'un hôtel art déco***
associé aux bienfaits de l'eau thermale de Vichy



➤ Découvrez nos séjours

FORME
MINCEUR
PRÉVENTION ARTHROSE
OU MALADIE DU DOS
DIABÈTE

en partenariat avec
Les Thermes de Vichy
«Les Dômes»

Un établissement de style néomauresque avec des équipements entièrement pensés pour votre bien-être

