

# PROGRAMME COMPLET DES CURES

## Saison 2021-2022

### CURE DÉTENTE EXTRÊME

	<b>3 JOURS</b>			
	<b>4 JOURS</b>			
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Hamмам & Gommage 25'	Bain bouillonnant marin 20'	Jet marin tonifiant 15'	Enveloppement d'argile verte 20'
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Enveloppement de boue marine 20'	Réflexologie plantaire 25'	Modelage sous affusion 20'	Pressothérapie jambes 20'
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Massage Shiatsu 50'	Massage relaxant intense à l'huile Bio 50'	Massage oriental à l'huile d'Argan 50'	Sahara stone massage 50'

### CURE BIO ENÉRGISANTE

	<b>3 JOURS</b>				
	<b>4 JOURS</b>				<b>5 JOURS</b>
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Hamмам & Gommage 25'	Enveloppement de boue marine 20'	Jet marin tonifiant 15'	Enveloppement Ghassoul 20'	Enveloppement de boue marine 20'
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Enveloppement d'algues marines 20'	Réflexologie plantaire 25'	Modelage sous affusion 20'	Algues tonifiantes jambes 25'	Réflexologie plantaire 25'
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Massage Tai 50'	Massage Pinda Sweda 50'	Massage Abhyanga 50'	Sahara stone massage 50'	Massage Bio Azur (4 mains) 55'

### CURE AYURVÉDIQUE

	<b>3 JOURS</b>			
	<b>4 JOURS</b>			
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Hamмам & Gommage 25'	Jet marin tonifiant 15'	Bain bouillonnant marin 20'	Réflexologie plantaire 25'
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Enveloppement d'algues marines 20'	Modelage sous affusion 20'	Enveloppement d'argile verte 20'	Pressothérapie jambes 20'
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Massage Abhyanga 50'	Massage Pinda Sweda 50'	Sahara stone massage 50'	Massage Abhyanga 50'
<b>4<sup>ème</sup> soin</b>	Massage Shirodhara 10'	-	-	Massage Shirodhara 10'

## CURE MINCEUR

	3 JOURS			4 JOURS		5 JOURS
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Hamмам & Gommage 25'	Jet marin tonifiant 15'	Bain bouillonnant senteur pamplemousse & romarin 20'	Jet marin tonifiant 15'	Bain bouillonnant senteur cannelle & gingembre 20'	
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Enveloppement algues minceurs 20'	Modelage sous affusion 20'	Enveloppement algues minceurs 20'	Enveloppement algues minceurs & Hammam 30'	Aquagym 25'	
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Aquagym 25'	Pressothérapie corps 20'	Aquagym 25'	Algues tonifiantes jambes 25'	Pressothérapie corps 20'	
<b>4<sup>ème</sup> soin</b>	Massage amincissant à l'huile bio de pamplemousse & romarin 50'	Drainage lymphatique 50'	Massage Lomi-Lomi 50'	Massage amincissant à l'huile Bio bio de genévrier & cyprès 50'	Drainage lymphatique 50'	

## CURE ANTI-ÂGE

	3 JOURS			4 JOURS		5 JOURS
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Hamмам & Gommage 25'	Modelage sous affusion 20'	Bain bouillonnant senteur genévrier & cyprès 20'	Jet marin tonifiant 15'	Modelage sous affusion 20'	
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Enveloppement d'algues marines 20'	Enveloppement de boue marine 20'	Enveloppement d'argile verte 20'	Enveloppement au Ghassoul 20'	Enveloppement d'algues marines 20'	
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Massage Pinda Sweda 50'	Algues tonifiantes jambes 25'	Soin du corps 50'	Algues tonifiantes jambes 25'	Massage relaxant à l'huile bio de pamplemousse & romarin 50'	
<b>4<sup>ème</sup> soin</b>	Soin du visage 50'	Drainage lymphatique 50'	Massage Abhyanga 50'	Soin du visage 50'	Soin du corps 50'	

## CURE SANTÉ DES JAMBES

	3 JOURS			4 JOURS
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Bain bouillonnant senteur gingembre 20'	Enveloppement d'algues marines 20'	Enveloppement d'argile verte 20'	Enveloppement d'algues marines 20'
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Algues tonifiantes jambes 25'	Pressothérapie jambes 20'	Pressothérapie jambes 20'	Pressothérapie jambes 20'
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Massage spécial jambes 25'	Drainage lymphatique 50'	Algues tonifiantes jambes 25'	Massage spécial jambes 25'
<b>4<sup>ème</sup> soin</b>	-	-	Réflexologie plantaire 25'	-

## CURE SANTÉ DU DOS

	3 JOURS			4 JOURS
<b>1<sup>er</sup> soin</b>	Hamam & Gommage 25'	Bain bouillonnant senteur menthe & romarin 20'	Aquagym 20'	Bain bouillonnant senteur menthe & romarin 20'
<b>2<sup>ème</sup> soin</b>	Enveloppement de boue marine 20'	Enveloppement d'argile verte 20'	Rééducation en piscine 20'	Enveloppement de boue marine 20'
<b>3<sup>ème</sup> soin</b>	Rééducation en piscine 20'	Massage relaxant à l'huile de bio de bois de Hô 50'	Enveloppement d'algues marines 20'	Massage relaxant à l'huile de bio de bois de Hô 50'
<b>4<sup>ème</sup> soin</b>	Massage Shiatsu ou Massage Thai 50'	-	Sahara stone massage 50'	-

*Toutes les cures sont accordées après une visite médicale obligatoire avec le médecin du centre. La piscine aquatonique, la salle de fitness ainsi que la tisanerie sont en libre accès pour les curistes.*