

## Nos ateliers d'initiation ouverts à tous

### Tarifs unitaires

Yoga – 1h la séance		
1 séance	Carte 3 séances	Carte 6 séances
17€	46€	85€
Relaxation Guidée – 45 min la séance		
1 séance	Carte 3 séances	Carte 6 séances
17€	46€	85€
Marche méditative – 45 min la séance		
1 séance	Carte 3 séances	Carte 6 séances
17€	46€	85€
Sophrologie – 60 min la séance		
1 séance	Carte 3 séances	Carte 6 séances
17€	46€	85€
Nouveauté 2024 Automassage réflexologie – 75 min la séance		
1 séance	Carte 3 séances	Carte 6 séances
18€	48€	90€
Nouveauté 2024 Bain sonore méditatif – 75 min la séance		
1 séance	Carte 3 séances	Carte 6 séances
18€	48€	90€

## ABONNEMENTS DÉTENTE AU SPA

Sur réservation au spa

Pour nos curistes

**Abonnement curiste forme et bien-être : 90€**

Découvrez le carré des sources avec son bassin en eau thermale, sauna et hammam. Accéder à ces Installations deux fois par semaine pendant trois semaines.

### Nos abonnements ouverts à tous

Remise en forme	Carré des sources	Aqua fitness
Cours adaptés aux envies et à la forme de chacun. Ont lieu dans la salle de sport du SPA Source avec nos coach sportifs	Profitez du bassin en eau thermale, ainsi que de tous les autres équipements du SPA en accès libre (sauna, hammam et toutes nos nouveautés 2023)	Dans le bassin en eau thermale, faites travailler votre corps à votre rythme et maintenez-vous en forme
85€ pour 6 séances 150€ pour 12 séances	160€ pour 6 séances 280€ pour 12 séances	85€ pour 6 séances 150€ pour 12 séances

### LE PAVILLON ROSE C'EST AUSSI :

- UNE BOUTIQUE TEXTILE ET LINGERIE AMOENA
- UNE BOUTIQUE PRODUITS LA ROCHE-POSAY
- UN SALON DE THE

58 avenue des Fontaines - Parc Thermal - 86270 LA ROCHE-POSAY  
Ouvert le lundi de 14h à 18h et du mardi au vendredi de 10h à 12h30 et 14h à 18h  
Tél : 05 49 19 48 47

**LE PAVILLON ROSE**  
LA ROCHE POSAY

**CENTRE THERMAL**  
LA ROCHE POSAY

## SOINS COMPLÉMENTAIRES EN MILIEU THERMAL CONFÉRENCE & ATELIER





## PROGRAMME CONFÉRENCES

26/08/2024 AU 13/09/2024

Conférences validées et certifiées par les Thermes et le corps médical.  
Accessibles gratuitement, sur inscription. Places limitées.

CONFÉRENCES	DATES ET HEURES
Réunion d'accueil et conseils sur la cure et pot de bienvenue - 1h30	Tous les lundis à 16h15
Conférence Comment masser ses cicatrices 1h	Mardi 27 août à 16h15
Conférence Eau thermale - 1h30	Mercredi 28 août à 15h30
Conférence Corriger et revaloriser son image par le maquillage animée par Carine LARCHET - 1h30	Jeudi 29 août à 10h30 ou 14h
Conférence Nutrition animée par Diane ROBIN - 1h30	Mercredi 04 septembre à 16h30
Echange sur les maladies de la peau animé par le Dr DELAIRE	Jeudi 05 septembre à 16h30
Conférence sur les gestes pour prévenir ou réduire les séquelles des traitements post-cancer du sein -1h30	Mardi 10 septembre à 16h15
Conférence Amoena, quelles solutions après un cancer du sein - textile et prothèse - 1h30	Mercredi 11 septembre à 10h30 ou 14h (Sous réserve de 5 inscrits)
Conférence Fatigue et vie intime après cancer animée par le Dr BOIRON -1h30	Mercredi 11 septembre à 16h30
Conférence Eczéma animée par le Dr DELREZ - 1h30	Jeudi 12 septembre à 16h30



## TARIFS ATELIERS D'INITIATION

Ces ateliers sont à réserver au Pavillon Rose

Nous vous conseillons de vous rendre au Pavillon Rose en début de séjour pour réserver et planifier vos ateliers et conférences.

Complémentaires aux bienfaits des soins thermaux, ces soins offrent un parcours global. Ils permettent de retrouver une meilleure qualité de vie au quotidien. Des forfaits thématiques sont également proposés. Pour les activités de relaxation, emmener un plaid ou une serviette de bain. Pour les activités physiques des baskets et une bouteille d'eau.

\*atelier non remboursé en cas d'absence

### Pour nos curistes

#### FORFAIT : MA PEAU AU QUOTIDIEN

2 activités au choix parmi cette liste :

- › Mon corps au quotidien 1h
- › Mon visage au quotidien 1h
- › Automassage du cuir chevelu 1h

30€

#### FORFAIT : MA BEAUTÉ

- › 1 atelier Auto-maquillage : « Éclat du teint et revalorisation de son regard » 1h30
- › 1 soin mains et ongles abîmés 1h

30€

#### FORFAIT : ME RELAXER

2 activités au choix parmi cette liste :

- › 1 atelier d'auto-réflexologie : Automassage mains et pieds 1h15
- › 1 atelier de sophrologie 1h
- › 1 bain sonore méditatif 1h15

34€

#### FORFAIT : MA SANTÉ PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

3 activités au choix parmi cette liste :

- › Activités physique adapté 45min
- › Pilate adapté 45min
- › Latino fitness adapté 45min
- › Yoga 1h
- › Marche méditative 45min

45€

### Tarifs unitaires

Auto-maquillage : Éclat du teint et revalorisation de son regard collectif - 1h30	22€	Maquillage individuel et conseils personnalisés - 1h	35€
Soin mains et ongles abîmés collectif - 1h	17€	Soin mains ongles abîmés individuel 1h	35€
Retouche ongles abîmés Uniquement après un soin mains et ongles abîmés en individuel	10€	Automassage du cuir chevelu Collectif - 1h	17€
<b>Nouveauté 2024</b> Mon visage au quotidien collectif - 1h	17€	<b>Nouveauté 2024</b> Mon corps au quotidien collectif - 1h	17€
<b>Certificat médical obligatoire</b> 1 séance d'Avirose (aviron indoor) – 45min	16€	<b>Nouveauté 2024</b> 1 séance d'Activités physique adapté 45min	16€
Cartes 3 séances	43€	Cartes 3 séances	43€
<b>Nouveauté 2024</b> 1 séance de Pilate adapté 45min	16€	<b>Nouveauté 2024</b> 1 séance de Latino fitness adapté 45min	16€
Cartes 3 séances	43€	Cartes 3 séances	43€

Autres formules ouvertes à tous et toutes

