



THERMES
DE VALS LES BAINS
since 1845

**LES SEMAINES
THERMALES**

À VALS-LES-BAINS

LES SEMAINES THERMALES À VALS-LES-BAINS

UNE PAUSE SANTÉ AU
CŒUR DE L'ARDÈCHE

Nichée dans un environnement naturel préservé, la station thermale de Vals-les-Bains vous invite à prendre soin de votre santé à travers les Semaines thermales alliant expertise thermale et bien-être global. Réputée pour la qualité de ses eaux thermales, la station propose des séjours courts, pensés pour s'intégrer facilement à votre quotidien.

Entre soins thermaux, moments de relaxation et cadre apaisant, ces semaines thermales sont une invitation à ralentir, à écouter son corps et à renouer avec une sensation de mieux-être durable en quelques jours seulement.



DÉCOUVREZ NOS
SEMAINES DANS

L'ESPACE CURE THERMALE

DE VALS-LES-BAINS



À DÉCOUVRIR !

LA MATINÉE THERMALE

49 €

Dans l'espace Cure Thermale

Les jeudis, vendredis et samedis pendant la saison thermale.

SOINS THERMAUX

(environ 1h30 de soins à l'eau thermale)

- Douche au jet
- Cataplasme
- Douche générale
- Douche pénétrante ou boue des mains

DÉCOUVERTE THERMALE

340 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical délivré par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

SOINS THERMAUX

- 6 douches au jet
- 6 illutations de boue sur les articulations
- 6 douches pénétrantes
- 6 douches générales
- 1 séance de méditation

MIEUX VIVRE AVEC SON DIABÈTE

520 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical délivré par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

SOINS THERMAUX

- 6 douches au jet
- 6 cataplasmes de boue thermale chaude
- 6 douches générales
- 6 douches pénétrantes
- 3 piscines de mobilisation
- 6 frigidithérapies

ACTIVITÉS PHYSIQUES

- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi
- 3 séances d'aquagym
- Accès au spa thermal
- 1 séance de Pilates
- 1 séance d'aquacircuit
- 1 séance d'aquabike

DIÉTÉTIQUE ET PSYCHOLOGIQUE

- 1 consultation diététique
- 1 consultation avec la psychologue
- 1 cours de cuisine
- 1 séance de méditation

ATELIERS

- Accès à tous les ateliers (diététique, activités physiques, gestion du stress, diabétologie, rhumatologie)

LE SÉJOUR RÉPIT POUR LES AIDANTS

432 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical délivré par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

SOINS THERMAUX

- 6 illutions de boue sur les articulations
- 6 douches générales à l'eau thermale
- 6 douches pénétrantes
- 3 douches forte pression
- 3 séances en piscine de mobilisation
- 1 accès 2H chaque jour au Spa Séquoia Redwood

De nombreuses personnes aident chaque jour ou de manière très régulière un enfant ou un adulte en situation de handicap, en perte d'autonomie, ou atteint de maladie grave ou chronique. Nous vous proposons une solution de répit afin de vous soulager et de vous permettre de souffler.

LES ATELIERS

- Accès à tous les ateliers
- 1 séance avec la psychologue
- 1 séance de méditation

6 JOURS ADO

396 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical délivré par votre médecin traitant de non contre indication aux soins proposés vous sera demandé.

SOINS THERMAUX

- 6 douches au jet
- 6 douches pénétrantes
- 6 douches générales
- 6 cataplasmes

LE BIEN-ÊTRE

- 1 séance de shiatsu
- 1 consultation avec notre psychologue

LA DIÉTÉTIQUE

- 1 atelier « Lecture des étiquettes »
- 1 cours de cuisine parents/ados
- 1 consultation

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- 1 accompagnement avec notre éducateur sportif
- Accès à la salle de sport
- 1 séance aquabike par semaine

Chez les enfants et les jeunes de moins de 18 ans, plus la surcharge pondérale est prise en charge tôt, plus les chances de réussite sont grandes. La sédentarité et la mal-bouffe étant le fléau des jeunes, l'activité physique et la diététique sont les piliers de ce séjour avec nos thérapeutes spécialisés.

le + Les parents accompagnent et peuvent profiter des tarifs accompagnants sur les activités



JE PRENDS SOIN DE MOI APRÈS LE CANCER DU SEIN

512 €

Dans l'espace Cure Thermale

Un certificat médical délivré
par votre médecin traitant de
non contre indication aux soins
proposés vous sera demandé.

SOINS THERMAUX

- 6 cataplasmes
- 6 douches générales
- 6 douches pénétrantes
- 6 compresses

INCLUS DANS VOTRE SEMAINE THERMALE

- 1 abonnement semaine
à la salle de sport
- 3 accès au parcours sensoriel
« Les bassins du Séquoia »
- Accès à l'ensemble
des ateliers d'échange
- 1 rencontre avec les infirmières

Formule au choix

6 jours solo

Disponible à tout moment de l'année

6 jours en groupe

public féminin uniquement aux dates
suivantes :

- > Du 30/03/26 au 04/04/26
- > Du 22/06/26 au 27/06/26
- > Du 05/10/26 au 10/10/26

- 1 séance de Qi Gong
- 1 séance de Shiatsu
- 1 séance de Yoga
- 1 séance de méditation
- 1 cours de cuisine
- 1 séance de Pilates
- 1 soin du visage
- 1 séance d'aquagym



DÉCOUVREZ NOS
SEMAINES AU

SPA SÉQUOIA REDWOOD

DE VALS-LES-BAINS

LÂCHER PRISE

741 €

Au Spa Séquoia Redwood

Un esprit sain dans un corps sain

SOINS THERMAUX & DE BIEN-ÊTRE

- 6 enveloppements
- 6 douches au jet
- 1 massage Californien 60 min (au Spa Séquoia Redwood)
- 2 bains bouillonnants et massage du cuir chevelu

DIÉTÉTIQUE & ACTIVITÉ PHYSIQUE

- 1 consultation diététique
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi

LE BIEN-ÊTRE

- 2 séances de Qi Gong
- 1 séance de Yoga
- 1 séance de méditation
- 1 séance de shiatsu
- 1 séance avec la psychologue des Thermes
- 1 accès à l'atelier d'échanges « Gestion du stress »
- 1 accès journée au parcours sensoriel « Les Bassins du Séquoia » chaque jour

6 JOURS MINCEUR

852 €

Au Spa Séquoia Redwood

SOINS THERMAUX & DE BIEN-ÊTRE

- 2 bains bouillonnants et massage du cuir chevelu
- 3 douches au jet
- 3 enveloppements détox aux extraits de végétaux
- 2 massages Watermass minceur et fermeté
- 1 massage madérothérapie de 30 min
- 1 massage californien de 30 min
- 1 soin visage - Origine de 30 mn
- 1 gommage au thé vert
- 1 séance de frigithérapie
- 1 séance de pressothérapie
- 1 application de gel et massage circulatoire des jambes

DIÉTÉTIQUE & ACTIVITÉ PHYSIQUE

- 1 consultation diététique et 1 suivi diététique avec l'impédancemètre BIODY XPERT
- 2 séances d'aquagym
- 1 séance de pilates
- 1 séance d'aquacircuit
- Accès à la salle de sport du lundi au vendredi

BIEN-ÊTRE

- 6 entrées Journée au parcours sensoriel « Les Bassins du Séquoia »
- 1 séance de méditation



THERMES DE VALS LES BAINS

since 1845



THERMES DE VALS-LES-BAINS

15 avenue Paul Ribeyre 07600 Vals-les-Bains
Tél. 04 75 37 46 68 | accueil@thermesdevals.com
www.thermesdevals.com

COORDONNÉES GPS

Latitude : 44.657246
Longitude : 4.3685768999999994
À 45 mn de Montélimar
À 1h15 de Valence



Crédit photos : @Marielsa Niels @Vincent Klares | Mise en page : www.atelier-hourra.com



LES SEMAINES THERMALES

RETOURNEZ LA BROCHURE
POUR DÉCOUVRIR
DE VALS-LES-BAINS

Crédit photos : @Marielsa Niels @Korentin Naimi | Mise en page : www.atelier-hourra.com



LES SEMAINES THERMALES

RETOURNEZ LA BROCHURE
POUR DÉCOUVRIR
DE NEYRAC-LES-BAINS



THERMES DE NEYRAC-LES-BAINS
300 ronde du Parc 07380 Meyras
Tel. 04 75 36 46 00 | contact@thermesdeneyrac.com
www.thermesdeneyrac.com



Les Thermes

DE NEYRAC-LES-BAINS