

Mieux Bouger®

Éducation sportive thérapeutique avec une activité physique adaptée et ciblée

NOUVEAUTÉ 2018

**Programme
complémentaire
18 jours
Morsbronn-les-Bains
75€***



Découvrez les bienfaits de ce programme conçu pour :

- **Soulager vos douleurs** musculaires et articulaires.
- **Accroître votre mobilité.**
- **Améliorer votre qualité de vie** et prévenir les risques de santé.

→ En complément de vos soins thermaux :

- **5 ateliers d'activité physique adaptée**
Renforcement du dos, mobilisation du rachis & des épaules, relaxation, mobilité & renforcement des jambes ou stretching & gym posturale (1h30).
- **2 ateliers santé** (1h30)
 - > École du dos et respiration, encadré par un kinésithérapeute,
 - > L'alimentation, encadré par un professionnel de la nutrition.

Séances les mardis et jeudis.

- Pour les curistes qui font leurs soins entre 7h et 10h, les ateliers auront lieu entre 10h15 et 11h45.
- Pour les curistes qui font leurs soins entre 10h15 et 12h, les ateliers auront lieu entre 8h30 et 10h.
- Pour les curistes qui font leurs soins entre 13h30 et 15h15, les ateliers auront lieu entre 15h30 et 17h.



SESSIONS 2018 : tout au long de la saison thermale du 12 mars au 1^{er} décembre.

ValVital

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

www.valvital.fr

04 79 35 38 50



*Prestations non prises en charge par un Régime Primaire d'Assurance Maladie et soumises à nos conditions générales de vente. Pour les séances de gym, apporter une tenue de sport adéquate et une serviette.

Société Thermale de Morsbronn-les-Bains - EURL au capital de 5 000 € - RCS Strasbourg 799 427 554 - Siège social : 12 route de Haguenau 67360 Morsbronn-les-Bains - TVA FR 63 799 427 554 - © photo : C. Pedrotti/F. Louis. Imprimé par Imprimerie Gutenberg, 9 rue de la Barrade - 74960 Meythet. Ne pas jeter sur la voie publique.