



GRAND SPA THERMAL

BRIDES-LES-BAINS - 3 VALLÉES

SÉJOURS SPA

SAISON THERMALE 2024

25 mars • 2 novembre



BIENVENUE AU GRAND SPA THERMAL

Bienvenue au Grand Spa Thermal !

Au cœur des montagnes en Savoie, offrez-vous le meilleur du savoir-faire thermal. Avec 2700 m² d'espaces de soins et de détente, c'est le plus grand spa thermal des Alpes.

Notre brochure vous guidera à travers nos séjours thématiques spécialement conçus pour répondre à chacun de vos besoins. Notre équipe expérimentée personnalise chaque expérience, assurant ainsi un équilibre parfait entre les bienfaits des soins et la relaxation.

Nous sommes fiers de vous offrir bien plus qu'un simple séjour au spa. Le Grand Spa Thermal est une destination où le bien-être et la santé deviennent un art de vivre. Ressourcez-vous dans ce cadre enchanteur, où les montagnes rencontrent la quiétude, et où chaque instant est une invitation à la tranquillité.

Nous sommes impatients de vous accueillir très bientôt,

Laura LANDRY, Directrice Générale
& toute l'équipe du Grand Spa Thermal

EN ROUTE VERS LA DÉMATÉRIALISATION !

Dans une démarche écoresponsable, le Grand Spa Thermal dématérise l'envoi de ses brochures dès 2025. La documentation vous sera alors transmise par mail via un lien cliquable vous permettant de les télécharger.

SOMMAIRE

PAGES

- 2 Bienvenue au Grand Spa Thermal
- 4 L'eau thermale de Brides-les-Bains
- 6 L'Espace Détente et l'Espace Aquatique
- 8 Vos séjours
 - Parenthèse • 3 jours
 - Harmonie • 5 jours
 - Décllic • 6 jours
 - Booster • 6 jours
 - Métamorphose • 9 jours
 - Méno'Pause • 9 jours
 - Amplitude • 6 jours
- 22 Sothys, l'expertise beauté
- 24 Réservez votre séjour
- 26 Brides-les-Bains, votre destination bien-être



L'EAU THERMALE DE BRIDES-LES-BAINS

VOTRE ALLIÉE MINCEUR RECONNUE
DEPUIS PLUS D'UN SIÈCLE

VOS 4 SOINS CLÉS

• Le massage sous affusion

Actions circulatoire et
décontractante, assouplissement
cutané

Massage du corps mobilisant muscles
et tissus adipeux sous une pluie d'eau
thermale

• Le bain jet massant

Actions drainante, anticellulitique et
relaxante

Massage profond et ciblé du corps im-
mergé dans une baignoire à l'aide d'un
jet d'eau thermale sous pression



• La douche au jet

Actions circulatoire, décontractante
et anticellulitique

Massage tonique du corps à l'eau
thermale sous forte pression

• Le bain aérojet

Actions circulatoire et relaxante

Bain thermal tonifiant combinant
jets d'eau thermale et jets d'air sous
pression

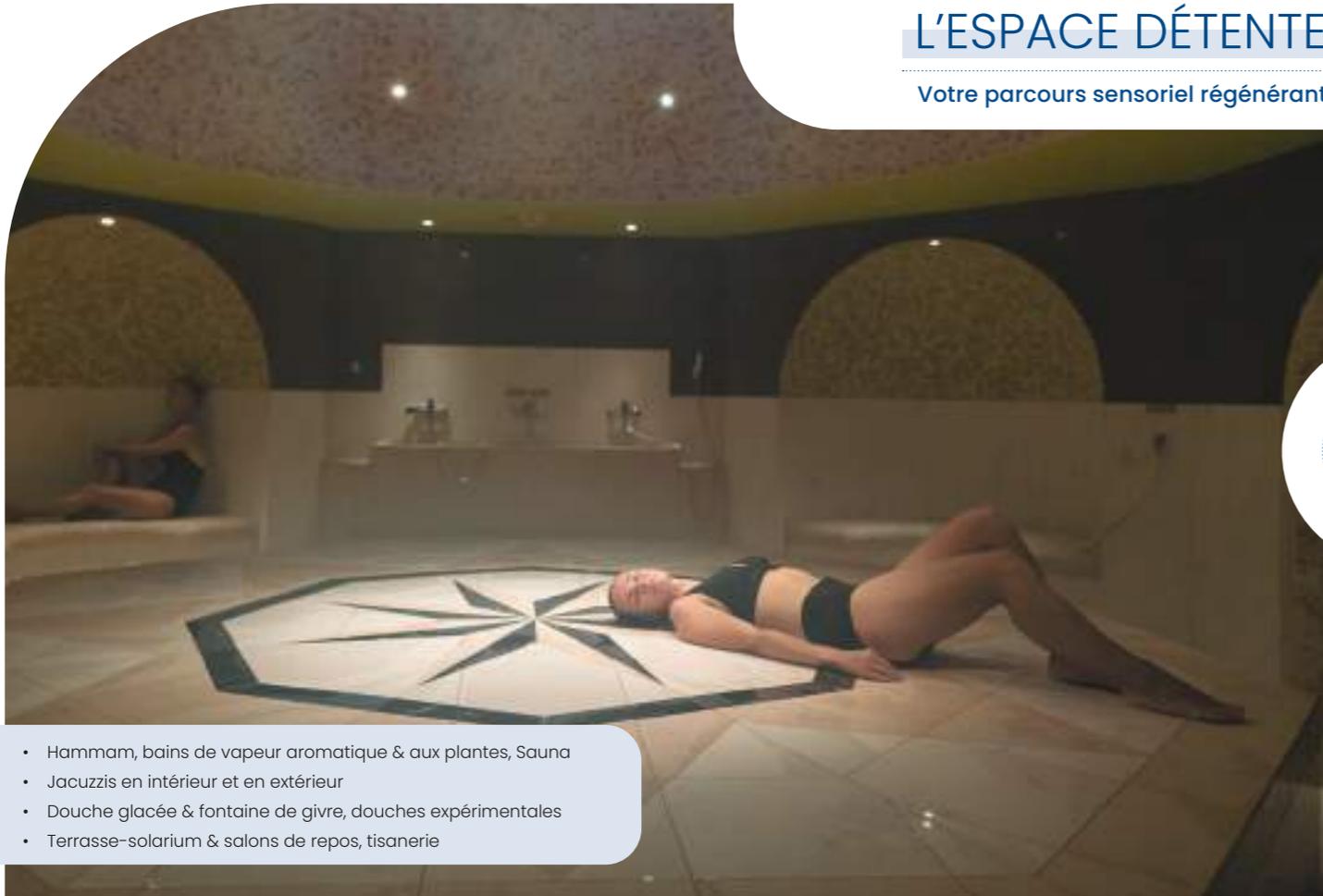
Le Grand Spa Thermal,
un lieu unique
pour se ressourcer
et initier une perte de poids

- Tous les soins thermaux sont individuels et suivent un protocole ciblé
- Des rendez-vous nutrition sous diverses formes : conférences, démonstrations de cuisine, entretiens individuels et ateliers thématiques
- Un Espace Activités Physiques et un bassin dédié aux séances d'aquaforme
- Une large gamme de soins à la carte



L'ESPACE DÉTENTE

Votre parcours sensoriel régénérant



- Hammam, bains de vapeur aromatique & aux plantes, Sauna
- Jacuzzis en intérieur et en extérieur
- Douche glacée & fontaine de givre, douches expérimentales
- Terrasse-solarium & salons de repos, tisanderie

L'ESPACE AQUATIQUE

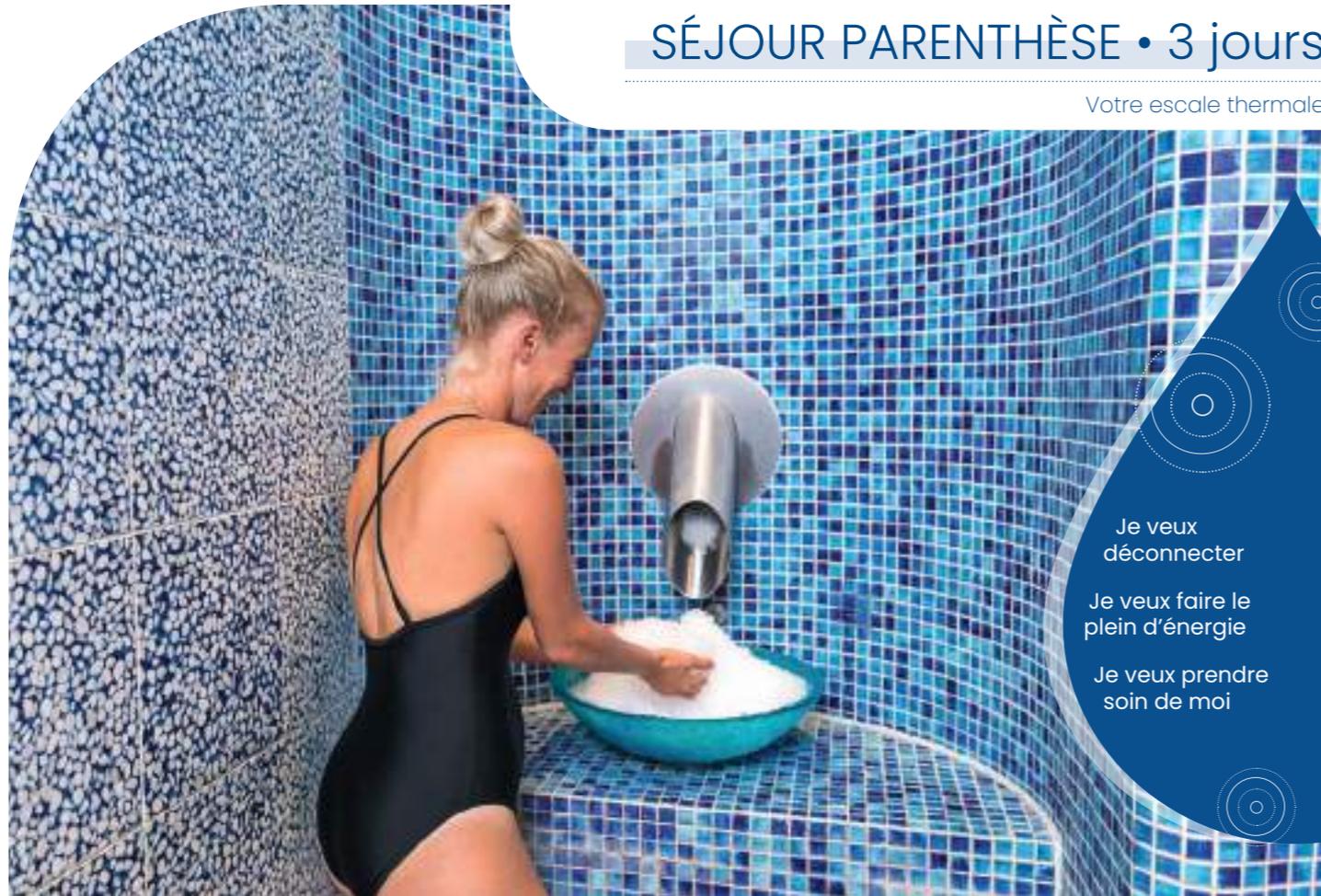
Votre parcours bien-être revitalisant



- Un bassin ludique avec deux jacuzzis, deux lits à bulles, des jets sous-marins, six cols de cygne et autres jeux d'eau...
- Un couloir de nage de 25 m et un bassin d'aquaforme de 25 m² équipé d'appareils
- Un espace tisanderie et une terrasse extérieure abritée

SÉJOUR PARENTHÈSE • 3 jours

Votre escale thermique



Je veux
déconnecter

Je veux faire le
plein d'énergie

Je veux prendre
soin de moi

LE PROGRAMME COMPLET

SOINS À L'EAU THERMALE

- **3 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **4 soins thermaux individuels**
 - 2 massages sous affusion avec un masseur bien-être
 - 2 douches au jet

AUTRES SOINS CORPS

- **1 enveloppement d'algues** amincissant de 20 min
- **1 massage Détente** de 30 min avec un masseur bien-être

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **2 séances d'aquaforme** encadrées dans un bassin dédié
- **3 jours d'activités physiques encadrées :**
12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

Autres prestations nutritionnelles disponibles

- **Entretien nutritionnel** • 45 min • 58 €
- **Suivi postcure (nouvelle formule)** • 72 € pour 6 mois

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

TARIF : 360€ les 3 jours

+ de 14 soins et activités

SÉJOUR PURE
DÉTENTE

SÉJOUR HARMONIE • 5 jours

Votre retraite positive



Je veux me
refaire une santé

Je veux retrouver
un corps et un
esprit léger

Je veux éliminer
les tensions
accumulées

LE PROGRAMME COMPLET

SOINS À L'EAU THERMALE

- **5 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **7 soins thermaux individuels**
 - 2 massages sous affusion avec un masseur bien-être
 - 2 bains aérojet
 - 2 douches au jet
 - 1 bain jet massant

AUTRES SOINS CORPS

- **2 enveloppements d'algues** amincissants de 20 min
- **1 massage Détente** de 30 min avec un masseur bien-être

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **2 séances d'aquaforme encadrées** dans un bassin dédié
- **5 jours d'activités physiques encadrées :**
12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

TARIF : 570€ les 5 jours

+ de 22 soins et activités

SÉJOUR PURE
DÉTENTE

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE
pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

Autres prestations nutritionnelles disponibles

- **Entretien nutritionnel** • 45 min • 58 €
- **Suivi postcure (nouvelle formule)** • 72 € pour 6 mois
- **Bilan de composition corporelle par impédancemétrie** • 20 min • 25 €

SÉJOUR DÉCLIC • 6 jours

Votre séjour starter

Je veux
apprendre à
maigrirJe veux amorcer
une perte de poidsJe veux modifier
mes habitudes
de vie

LE PROGRAMME COMPLET

SOINS À L'EAU THERMALE

- **6 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **10 soins thermaux individuels**
 - 2 massages sous affusion avec un masseur bien-être
 - 3 bains aérojet
 - 2 bains jet massant
 - 3 douches au jet

MASSAGE CORPS

- **1 massage Minceur** aux actions drainantes et anticellulitiques avec un masseur bien-être de 30 min

AUTRES SOINS CORPS

- **2 enveloppements d'algues** amincissants de 20 min
- **1 soin silhouette Watermass** de 20 min : massage anticellulitique à l'aide d'un pommeau d'eau produisant un palper-rouler par le biais d'une aspiration

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **3 séances d'aquaforme** encadrées dans un bassin dédié
- **6 jours d'activités physiques encadrées** : 12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

TARIF : 840€ les 6 jours

+ de 32 soins et activités

NUTRITION

- **1 entretien nutritionnel individuel** en début de séjour (30 min)
- **1 bilan en fin de séjour** (45 min) : mensurations et impédancemétrie, conseils personnalisés
- **1 atelier nutritionnel** (1h30)
Au choix parmi 12 propositions pour adopter les réflexes minceur qui répondent à votre situation personnelle
- **1 guide pratique** « Réussir votre retour à la maison »

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE

pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

SÉJOUR BOOSTER • 6 jours

Votre démarche d'amaigrissement

Je veux
retrouver un
mode de vie sainJe veux tonifier
et affiner ma
silhouetteJe veux continuer
à maigrir

LE PROGRAMME COMPLET

SOINS À L'EAU THERMALE

- **6 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **10 soins thermaux individuels**
 - 2 massages sous affusion avec un masseur bien-être
 - 3 bains aérojet
 - 2 bains jet massant
 - 3 douches au jet

MASSAGES CORPS

- **3 massages Minceur** aux actions drainantes et anticellulitiques avec un masseur bien-être de 30 min

AUTRES SOINS CORPS

- **2 enveloppements d'algues** amincissants de 20 min
- **1 soin silhouette Watermass** de 20 min : massage anticellulitique à l'aide d'un pommeau d'eau produisant un palper-rouler par le biais d'une aspiration

TARIF : 865€ les 6 jours

+ de 31 soins et activités

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **3 séances d'aquaforme encadrées** dans un bassin dédié
- **6 jours d'activités physiques encadrées** : 12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE

pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

Autres prestations nutritionnelles disponibles

- **Entretien nutritionnel** • 45 min • 58 €
- **Suivi postcure (nouvelle formule)** 72 € pour 6 mois
- **Bilan de composition corporelle par impédancemétrie** • 20 min • 25€
- **Forfait 1 entretien et 1 bilan de composition corporelle** • 65 €

Nouveau

SÉJOUR MÉTAMORPHOSE • 9 jours

Votre incontournable séjour minceur



Je veux
mettre
en place un
plan d'action
efficace

Je veux me
réconcilier avec
mon corps et
mon alimentation

Je veux obtenir
des résultats
probants et
durables

LE PROGRAMME COMPLET

SOINS À L'EAU THERMALE

- **9 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **15 soins thermaux individuels**
 - 3 massages sous affusion avec un masseur bien-être
 - 3 bains aérojet
 - 3 bains jet massant
 - 6 douches au jet

MASSAGES CORPS

- **3 massages Minceur** de 30 min aux actions drainantes et anticellulitiques avec un masseur bien-être
- **1 massage Détente** de 30 min avec un masseur bien-être

AUTRES SOINS CORPS

- **3 soins silhouette Watermass** de 20 min : massage anticellulitique à l'aide d'un pommeau d'eau produisant un palper-rouler par le biais d'une aspiration
- **3 enveloppements d'algues** amincissants de 20 min

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **4 séances d'aquaforme** encadrées dans un bassin dédié
- **9 jours d'activités physiques encadrées**
12 thèmes de cours collectifs et 1 circuit de cardiotraining

TARIF : 1335€ les 9 jours

+ de 50 soins et activités

NUTRITION

- **1 entretien nutritionnel individuel** en début de séjour de 30 min
- **1 bilan en fin de séjour** de 45 min : mensurations et impédancemétrie, conseils personnalisés
- **1 atelier nutritionnel** de 1h30
Au choix parmi 12 propositions pour adopter les réflexes minceur qui répondent à votre situation personnelle
- **1 guide pratique** « Réussir votre retour à la maison »

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE

pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

SÉJOUR MÉNO'PAUSE • 9 jours

Votre programme pérимéno pause expertisé par le Dr B. Letombe, gynécologue



Je veux comprendre et maîtriser l'impact de la ménopause sur mon corps

Je veux bénéficier de soins adaptés

NOUVEAU

LE PROGRAMME COMPLET

SÉANCES SPÉCIFIQUES

- **3 ateliers Spécial Ménopause**
 - Adapter son activité physique
 - Prévention cardiovasculaire et ostéoporose (atelier de cuisine)
 - Des outils pour gérer les effets de la ménopause
- **1 conférence** « Ménopause, poids et santé »

SOINS À L'EAU THERMALE

- **9 jours de cure de boisson** d'eau thermale,
- **14 soins thermaux individuels**
 - 3 massages sous affusion
 - 2 bains aérojet
 - 3 bains jet massant
 - 6 douches au jet

SOINS VISAGE & CORPS

- **2 massages Minceur** de 30 min aux actions drainantes et anticellulitiques avec un massEUR bien-être
- **1 gommage massage Sothys** hydratant de 50 min
- **1 soin du visage Micro Skin Expert** : soin dermabrasion qui accélère le renouvellement cellulaire, dynamise la peau et estompe rides et ridules, suivi d'une séance de Photobiomodulation (1h20)
- **2 séances de Photobiomodulation** de 30 min : soin stimulant la production de collagène et d'élastine pour atténuer les effets du temps sur la peau
- **3 soins silhouette Watermass** de 20 min : massages anticellulitiques à l'aide d'un pommeau d'eau produisant un palper-rouler par le biais d'une aspiration

TARIF : 1385€ les 9 jours

+ de 51 soins et activités

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **4 séances d'aquaforme** encadrées dans un bassin dédié
- **9 jours d'activités physiques encadrées** : 12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

NUTRITION

- **1 entretien nutritionnel individuel** en début de séjour de 30 min
- **1 bilan en fin de séjour** de 45 min : mensurations et impédancemétrie, conseils personnalisés

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE

pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Aquatique et Détente** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

Dates de session : 22/04 • 06/05 • 20/05 • 03/06 • 17/06 • 01/07 • 15/07 • 29/07 • 12/08 • 26/08 • 09/09 • 23/09 • 07/10 • 21/10

SÉJOUR MÉNO'PAUSE • 6 jours

Votre programme court périménopause



Je veux aborder la période de périménopause sereinement

Je veux bénéficier de soins adaptés

NOUVEAU

LE PROGRAMME COMPLET

SÉANCES SPÉCIFIQUES

- **2 ateliers Spécial Ménopause**
 - Prévention cardiovasculaire et ostéoporose (atelier de cuisine)
 - Des outils pour gérer les effets de la ménopause
- **1 conférence** « Ménopause, poids et santé »

SOINS À L'EAU THERMALE

- **6 jours de cure de boisson** d'eau thermale,
- **9 soins thermaux individuels**
 - 2 massages sous affusion
 - 2 bains aérojet
 - 2 bains jet massant
 - 3 douches au jet

SOINS VISAGE & CORPS

- **1 massage Ventouse** de 30 min anticellulitique avec un masseur bien-être
- **1 gommage massage Sothys** hydratant de 50 min
- **1 soin du visage Micro Skin Expert** : soin dermabrasion qui accélère le renouvellement cellulaire, dynamise la peau et estompe rides et ridules, suivi d'une séance de Photobiomodulation (1h20)
- **2 séances de Photobiomodulation** de 30 min : soin stimulant la production de collagène et d'élastine pour atténuer les effets du temps sur la peau
- **2 soins silhouette Watermass** de 20 min : massages anticellulitiques à l'aide d'un pommeau d'eau produisant un palper-rouler par le biais d'une aspiration

SPÉCIAL
MÉNopause

TARIF : 975€ les 6 jours

+ de 35 soins et activités

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **2 séances d'aquaforme** encadrées dans un bassin dédié
- **6 jours d'activités physiques encadrées** : 12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

NUTRITION

- **1 entretien nutritionnel individuel** en début de séjour de 30 min
- **1 bilan en fin de séjour** de 45 min : mensurations et impédancemétrie, conseils personnalisés

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE

pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Aquatique et Détente** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

Dates de session : 20/05 • 03/06 • 17/06 • 01/07 • 15/07 • 29/07 • 12/08 • 26/08 • 09/09 • 23/09 • 07/10 • 21/10

SÉJOUR AMPLITUDE • 6 jours

Votre liberté de mouvements



Je veux évacuer les tensions

J'ai besoin de retrouver un bien-être physique

J'ai des douleurs liées à ma posture

LE PROGRAMME COMPLET

SOINS À L'EAU THERMALE

- **6 jours de cure de boisson** d'eau thermale, dépurative et coupe-faim
- **7 soins thermaux individuels**
 - 2 massages sous affusion avec un masseur bien-être
 - 3 bains aérojet
 - 2 bains jet massant
- **3 étuves locales** mains/pieds à la vapeur d'eau thermale

AUTRES SOINS CORPS

- **3 enveloppements d'argile** de 20 min
- **2 massages détente musculaire** de 30 min avec un masseur bien-être

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET DE BIEN-ÊTRE

- **3 séances d'aquaforme encadrées** dans un bassin dédié
- **6 jours d'activités physiques encadrées** : 12 thèmes de cours collectifs et 1 espace de cardiotraining

TARIF : 805€ les 6 jours

+ de 31 soins et activités

SPÉCIAL
ARTICULATIONS

ACTIVITÉ NUTRITIONNELLE

- **1 atelier nutritionnel** d'1h30 au choix

ACTIVITÉS ET PRESTATIONS EN ACCÈS LIBRE pendant toute la durée du séjour

Activités de détente

- **Espaces Détente et Aquatique** du Grand Spa Thermal
- **Piscine thermale** des Grands Bains de Salins, une des plus grandes de France avec ses cours d'aquagym et son jacuzzi extérieur
- **Piscine publique** de plein air jouxtant le Spa (du 1^{er} juin au 10 septembre 2024)

Activités nutritionnelles

- **1 à 2 conférences nutritionnelles** par jour
- **1 démonstration de cuisine** par semaine

Autres prestations nutritionnelles disponibles à la carte

- **Entretien nutritionnel** • 45 min • 58 €
- **Suivi postcure (nouvelle formule)** 72 € pour 6 mois
- **Bilan de composition corporelle par impédancemétrie** • 20 min • 25€
- **Forfait 1 entretien et 1 bilan de composition corporelle** • 65 €

Nouveau

MICRO SKIN EXPERT (soin visage)

Ce soin dermabrasion accélère le renouvellement cellulaire, dynamise la peau et estompe rides et ridules.

Plusieurs formules possibles :

- en complément d'un soin du visage • 20 min • 40€
- 1 séance • 50 min • 80€
- 3 séances • 3 x 50 min • 216€

PHOTOBIMODULATION (soin visage ou corps)

Ce soin stimule la production de collagène et d'élastine pour atténuer les effets du temps sur la peau.

Plusieurs formules possibles :

- en complément d'un soin • 20 min • 60€
- 1 séance • 30 min • 75€
- 3 séances • 3 x 30 min • 180€

SOTHYS, notre partenaire beauté depuis plus de 15 ans

La marque française privilégie les techniques manuelles et la personnalisation des soins. Retrouvez les bienfaits de ses soins à travers sa gamme visage et corps, pour elle comme pour lui. Notre boutique prolonge votre expérience bien-être.

VOTRE SÉJOUR SUR MESURE

Contactez-nous pour composer vous-même votre séjour selon vos besoins et vos envies
Soins à l'eau thermale • Massages & soins du corps • Soins de beauté
Aquaforme • Accès aux Espaces Détente & Aquatique • Accès à l'Espace Activités Physiques • Prestations Nutritionnelles

RÉSERVEZ VOTRE SÉJOUR

SAISON THERMALE 2024 • DU 25 MARS AU 2 NOVEMBRE

4 OPTIONS POUR RÉSERVER VOTRE SÉJOUR

- **SUR INTERNET** via notre site

www.thermes-brideslesbains.fr/spa

avec paiement sécurisé des arrhes de réservation en ligne

- **PAR TÉLÉPHONE**

Au +33 (0)4 79 55 26 70

- **PAR VOIE POSTALE**

Retournez votre bon de réservation avec les arrhes de réservation à l'adresse suivante :

Le Grand Spa Thermal
2 rue des Thermes
73570 BRIDES-LES-BAINS

- **PAR L'INTERMÉDIAIRE DE NOS HÔTELS PARTENAIRES**

Liste disponible sur notre site Internet dans la rubrique Réservation

BON À SAVOIR

- **DANS VOTRE SAC**

Maillot et bonnet de bain, verre de cure, tenue de sport, serviette...

Tenue confortable et chaussures de marche pour vos activités de plein air.

Les peignoirs et serviettes sont fournis pendant la durée de vos soins à l'exception du bonnet de bain, obligatoire aux Grands Bains de Salins.

Des sandales antidérapantes sont fournies uniquement dans le cadre des forfaits de 5 jours et plus.

- **SANTÉ**

Reportez-vous à l'article 6.1 des Conditions Générales de Réservation et de Vente des Séjours au Grand Spa Thermal (brochure « Bon de réservation »).

PROGRAMME DE FIDÉLITÉ

Dès 3 séjours 5, 6 ou 9 jours effectués au cours des 4 dernières années, votre fidélité est récompensée dès la 4e année par un crédit d'achat à valoir sur les prestations du Spa (hors séjours et boutique) :

- 4^e année
crédit d'achat de 4% de la valeur du séjour acheté cette même année
- 5^e année
crédit d'achat de 5% de la valeur du séjour acheté cette même année
- ...10^e année et plus
crédit d'achat de 10% de la valeur du séjour acheté l'année respective

BRIDES-LES-BAINS



Votre destination bien-être

Le village de Brides-les-Bains vous accueille au cœur des Alpes dans un environnement privilégié, à proximité du Parc national de la Vanoise.

HÉBERGEMENT ET TOURISME

Renseignements auprès de l'Office de Tourisme :
+33 (0)4 79 55 20 64 / contact@brides-les-bains.com



LOISIRS ET ACTIVITÉS

• SPORTIF

- Golf de Méribel à 20 min
- Golf de Courchevel à 30 min
- Via ferrata du Lac de la Rosière et de Pralognan-la-Vanoise
- Location de vélos à assistance électrique à hydrogène auprès de l'Office de Tourisme
- Balades gratuites proposées par des animateurs de l'Office de Tourisme
- 39 itinéraires de randonnée depuis Brides
- 39 circuits VTT dans les 3 Vallées
- Rafting sur le Doron ou l'Isère

• BIEN-ÊTRE

Une vingtaine d'activités gratuites chaque semaine animées par les professionnels de l'Office de Tourisme : gym douce, stretching-relaxation, balade-santé, gym tonique...

• CULTUREL

Cinéma Le Doron • 2 films à l'affiche chaque jour
Casino de Brides-les-Bains • 35 machines à sous
De nombreux festivals chaque année

LE LABEL DIÉTÉTIQUE

Le suivi sur toute la ligne



- La seule station thermale avec un Label Diététique
- 10 établissements proposent des menus diététiques (hôtels-restaurants, traiteur, restaurant)
- La garantie de repas équilibrés, variés et gourmands tout au long de votre séjour

AGENDA 2024

CONFÉRENCES GRATUITES*

animées par le Dr J.M. Lecerf, ancien chef de service nutrition de l'Institut Pasteur de Lille
24 avril · Aliments ultra-transformés et santé
5 juillet · La joie de manger
20 septembre · Os et nutrition

FESTIVALS**

Mi-mai
« Brides fait sa comédie »
21-22 juin
Festival de musique « Lâche ta Brides »
Début octobre
Festival du Film francophone d'Angoulême via Brides-les-Bains

ANIMATIONS**

13 juillet
Fête nationale
28 juillet
Col de la Loze by Brides-les-Bains
11 août
Concours de chant « Ça chante à Brides »
14-15 septembre
Salon du bien-être

*Dates sujettes à modification. **Sous réserve de confirmation par l'Office de Tourisme de Brides-les-Bains.



GRAND SPA THERMAL

BRIDES-LES-BAINS - 3 VALLÉES

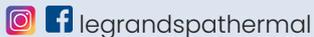
LE GRAND SPA THERMAL

2 rue des Thermes - 73570 Brides-les-Bains

T +33 (0)4 79 55 26 70

contact@legrandspathermal.com

thermes-brideslesbains.fr/spa



du 25 mars au 2 novembre 2024

du lundi au samedi de 8h à 20h

Éditeur : ©SET BRIDES SA au capital de 1 583 610 € • 2 rue des Thermes • 73570 Brides-les-Bains •
RCS Chambéry B 350 359 642 - Tous droits réservés - Textes et photos non contractuels

Imprimeur : IDMM • 6 rue des Aulnes • 69410 Champagne au Mont d'or.

Crédits Photos : @Christophe Stramba-Badiali, SET BRIDES, Jane Cummings, Jean-François Verganti (Sothys),

Pascal Lebeau (Office de Tourisme Brides-les-Bains), Infosnews, MAES Architectes Urbanistes • NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Comment venir ?



Retrouvez toutes
les indications
en scannant le
QR-code



SOURCES
D'ÉQUILIBRE
SANTÉ & VITALITÉ



La Région

Auvergne-Rhône-Alpes

La Région, Partenaire des Thermes

de Brides-les-Bains