



Parcours Confort Articulaire

Un parcours enveloppant, conçu pour délier le corps en douceur et redonner aux articulations une sensation de liberté et de confort.

Indiqué pour :

- Arthrose légère
- Raideur
- Douleurs chroniques
- Inconfort articulaire

Objectifs :

- Soulager les raideurs
- Améliorer la mobilité
- Apporter une sensation de légèreté

1. Piscine intérieure

25 minutes

Plongé dans une eau tiède et apaisante, le corps se libère de son poids. Les jets massant accompagnent chaque mouvement et favorisent une mobilité fluide, sans contrainte.

Effets ressentis:

Sensation de légèreté, diminution des raideurs, confort articulaire durable.

2. Sauna + bain froid

15 minutes

La chaleur sèche pénètre en profondeur et favorise un relâchement musculaire intense. Elle accompagne le travail articulaire et améliore l'amplitude des mouvements.

Effets ressentis:

Relâchement profond, mobilité améliorée, sensation de confort accru.

3. Piscine extérieure

20 minutes

L'eau chaude soutient le corps, tandis que les jets massants détendent muscles et articulations. Chaque immersion devient un moment de relâchement, favorisant une mobilité naturelle et apaisée.

Effets ressentis:

Souplesse retrouvée, tensions libérées, sensation de bien-être.

4. Grotte de Sel

25 minutes

Dans une atmosphère minérale et silencieuse, le corps intègre les bienfaits du parcours. Les ions négatifs dégagés par les briques de sel et les rayons infrarouges pénètrent en vous et procurent une sensation de calme.

Effets ressentis:

Sensation de légèreté, respiration calme et diminution des tensions.

Le Conseil du Thérapeute

Pour optimiser l'effet du parcours

- Bain de Flottaison 30 minutes – 85.00 CHF
Le poids du corps disparaît, soulageant les articulations, le sel d'Epsom détend muscles et nerfs.
- Massage Zone Ciblée 25 minutes – 95.00 CHF
- Massage Musculaire 60 minutes – 170.00 CHF
Des gestes précis pour libérer les tensions autour des articulations.