

INSPYR

MAÎTRISER SA RESPIRATION ET SE RÉENTRAÎNER PROGRESSIVEMENT À L'EFFORT

GRANDS THERMES

BAGNÈRES DE BIGORRE

DEPUIS 1823

S'appuyant sur une équipe pluridisciplinaire et un professionnalisme reconnu dans le traitement des Voies Respiratoires, les Grands Thermes vous proposent un programme ciblé : **Inspyr**.
Début uniquement le lundi.



5 PRESTATIONS INDIVIDUELLES

2 entretiens bilan en début et en fin de cure avec un kinésithérapeute
3 massages décontractants sous l'eau par kinésithérapeute (20 min)

6 PRESTATIONS THERMALES

6 séances collectives de rééducation respiratoire, suivant bilan et prescription thermale.

10 PRESTATIONS COLLECTIVES

- 3 séances d'aqua gym spécifique, réentraînement à l'effort
- 2 séances de relaxation
- 3 séances de gymnastique abdominale hypopressive: technique douce favorisant le travail du diaphragme et des muscles profonds liés à la posture
- 2 marches au choix active ou d'oxygénation basées sur le souffle

Contenu non modifiable, les prestations non effectuées ne pourront pas faire l'objet d'un remboursement.



OFFERTS: 6 ACCÈS DÉTENTE AU SPA THERMAL AQUENSIS

Programme de soins complémentaires à la cure thermale

05 62 95 00 23
www.thermes-bagneres.fr

TARIF 2024
229€