

**Soins et bien-être
dans les stations
et spas thermaux**



OCCITANIE SUD DE FRANCE SOINS ET BIEN-ÊTRE EN EAU THERMALE

Se soigner, se ressourcer, se détendre et se relaxer, telles sont les promesses des 28 stations thermales d'Occitanie Sud de France. Qu'il s'agisse de cures thermales conventionnées ou libres, ou de séjours de remise en forme, nos stations, riches d'un savoir-faire historique, ont su s'adapter aux nou-

veaux besoins de la patientèle et de la clientèle qui, de plus en plus, se tourne vers les traitements traditionnels et naturels. Médecine à l'écoute du patient, le thermalisme innove en Occitanie en répondant aux critères scientifiques les plus rigoureux et démontre son efficacité.

Des investissements conséquents ont été engagés dans ce domaine. Ils témoignent de l'attention constante portée à l'amélioration du confort des patients et à la diversification de l'offre. Nos nouveaux modes de vie appellent des temps de rupture avec le quotidien et de déconnection, des moments de régénération que la première destination thermique de France offre à loisir dans l'environnement de montagne des Pyrénées ou de l'Aubrac, dans la campagne ensoleillée du Gers ou de l'Aveyron ou encore au bord de la Méditerranée. En curatif ou en préventif, les soins prodigués dans nos stations pourront aider chacune et chacun à augmenter son capital santé. Du bien-être au mieux-être, la destination Occitanie vous propose une diversité de soins adaptés à de très nombreuses pathologies pour retrouver sa forme et soigner ses maux.

A la montagne, à la campagne ou en bord de mer, l'Occitanie vous invite à goûter aux bienfaits et aux plaisirs de ses eaux essentielles, à l'instar des quelques 140 000 curistes que nous avons chaque année le plaisir d'accueillir.

Vincent Garel

Président du Comité Régional
du Tourisme et des Loisirs Occitanie

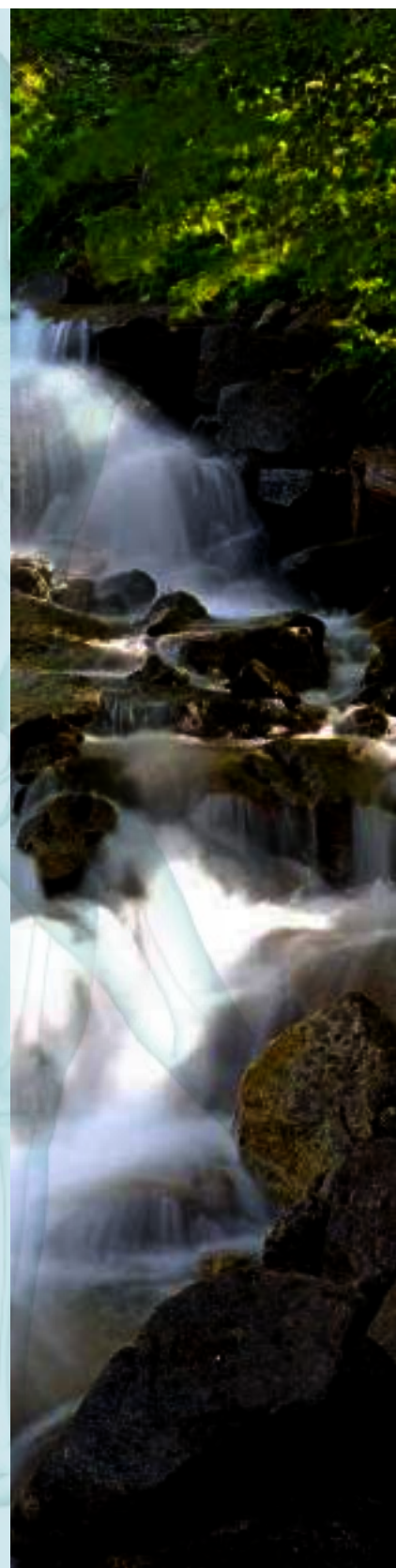
Introduction

LES BIENFAITS DES EAUX THERMALES POUR VOTRE SANTÉ

Constituant la première région thermique française, les 28 stations thermales présentes en Occitanie Sud de France répondent à l'ensemble des 12 indications thérapeutiques traitées en France. Dynamisés par une recherche constante de qualité et d'innovation, les thermes de la région sont réputés pour la rhumatologie, les affections respiratoires, l'ORL, la phlébologie, les affections digestives et maladies métaboliques, les affections psychosomatiques, la neurologie, la gynécologie ... et proposent des cures « nouvelle génération » permettant de soulager des pathologies spécifiques : le lymphœdème, la maladie de Parkinson, l'obésité, le burn-out, l'endométriose ou encore les symptômes post cancer. Les stations thermales proposent également des mini cures ou cures libres pour expérimenter les bienfaits des soins thermaux sur une durée de quelques jours seulement.

Édito

Stations	Indications thérapeutiques											
	Rhumatologie	Voies respiratoires / ORL	Phlébologie	Affections digestives et maladies métaboliques	Affections urinaires et maladies métaboliques	Affections psychosomatiques	Dermatologie	Neurologie	Gynécologie	Maladies cardio-artérielles	Troubles du développement chez l'enfant	Affections des muqueuses bucco-linguales
ALLÈGRE - LES FUMADES	✓	✓					✓					✓
AMELIE-LES-BAINS	✓	✓										
ARGELES-GAZOST		✓	✓									
AULUS-LES-BAINS	✓			✓								
AVENE-LES-BAINS						✓					✓	
AX-LES-THERMES	✓	✓										
BAGNERES-DE-BIGORRE	✓	✓			✓							
BAGNOLS-LES-BAINS	✓	✓										
BALARUC-LES-BAINS	✓		✓									
BARBOTAN-LES-THERMES	✓		✓									
BAREGES-BARZUN	✓	✓										
CAPVERN-LES-BAINS	✓			✓	✓							
CASTERA-VERDUZAN	✓			✓							✓	
CAUTERETS	✓	✓										
CRANSAC-LES-THERMES	✓											
LA PRESTE-LES-BAINS	✓			✓								
LAMALOU-LES-BAINS	✓						✓					
LE BOULOU			✓						✓			
LECTOURE	✓											
LUCHON	✓	✓										
LUZ-SAINT-SAUVEUR		✓	✓					✓				
MOLITG-LES-BAINS	✓	✓				✓					✓	
RENNES-LES-BAINS	✓											
SAINT-LARY-SOULAN	✓	✓										
SALIES-DU-SALAT	✓							✓		✓		
USSAT-LES-BAINS	✓				✓		✓	✓				
VERNET-LES-BAINS	✓	✓										
LA CHALDETTE : prestations en spa thermal exclusivement												



28 stations thermales pour



Allègre-les-Fumades



Amélie-les-Bains



Argelès-Gazost



Aulus-les-Bains



Bagnols-les-Bains



Balaruc-les-Bains



Barbotan-les-Thermes



Barèges-Barzun



Cransac-les-Thermes



La Chaldette



La-Preste-les-Bains



Lamalou-les-Bains



Luz-Saint-Sauveur



Molitg-les-Bains



Rennes-les-Bains



Saint-Lary-Soulan

prendre soin de vous



Avène-les-Bains



Ax-les-Thermes



Bagnères-de-Bigorre



Capvern-les-Bains



Castéra-Verduzan



Cauterets



Le Boulou



Lectoure



Luchon



Salies-du-Salat



Ussat-les-Bains



Vernet-les-Bains



**Panorama
des stations
thermales**

PAGE

**Bien-être
dans les spas
thermaux**

PAGE

Sommaire

Panorama des stations thermales





AMELIE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES) www.chainethermale.fr/amelie-les-bains

L'établissement thermal d'Amélie-les-Bains-Palalda est situé à la lisière sud des Pyrénées-Orientales, au cœur du Vallespir, en Pays Catalan. Nichée dans les contreforts des Pyrénées, à quelques kilomètres de la Méditerranée, des stations de ski et de la Costa Brava, la station bénéficie d'un microclimat à l'air pur et non pollué. Vous y trouverez une eau hyperthermale qui jaillit entre 44° et 62°C, bénéfique pour soigner les affections rhumatismales et les voies respiratoires.

En 2026, découvrez 2 nouvelles activités : l'atelier anti-inflammatoire où vos douleurs sont appréhendées grâce à des exercices et l'atelier relax/respire travaillant sur des techniques respiratoires permettant d'évacuer les tensions.

Retrouvez également deux nouveaux programmes complémentaires «Focus dos» et «Focus jambes», tous deux adaptés pour prendre en charge vos pathologies et gênes quotidiennes. Amélie-les-Bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

Contacts : 04 68 87 94 55 - amelielesbains@chainethermale.fr

Office de Tourisme d'Amélie-les-Bains Palalda :

04 68 39 01 98 - amelielesbains@vallespircanigo.com • www.amelie-les-bains.com

ARGELES-GAZOST (HAUTES-PYRÉNÉES) www.thermes-argelles.fr

Situé entre Lourdes et le Cirque de Gavarnie, classé au Patrimoine Mondial de l'UNESCO, aux portes du Parc National des Pyrénées, l'établissement thermal d'Argelès-Gazost est parfois appelé « le petit Nice ». Ses fleurs, ses palmiers et ses fontaines, en font un lieu idéal de détente pour les curistes. Ses eaux chlorosulfurées sodiques permettent de traiter les affections veineuses, les voies respiratoires et le lymphoedème. Située à 460m d'altitude, la ville bénéficie d'un microclimat et domine légèrement la vallée du Gave de Pau.

En complément de votre cure thermale, notre espace thermoludique le Jardin des Bains vous accueille ainsi que l'Institut du Jardin, dédié au bien-être.

Contacts : 05 62 97 03 24 - contact@thermes-argelles.fr

Office de Tourisme Vallées de Gavarnie : 05 62 97 00 25 - infotourisme@valleesdegavarnie.com

www.valleesdegavarnie.com

AULUS-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES) www.thermes-aulus.fr

L'établissement thermal d'Aulus-les-Bains connaît un regain d'activité depuis plusieurs années. La dimension humaine des installations, la qualité de l'accueil et une équipe dévouée ne sont pas étrangères à ce succès. Au cœur du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises, découvrez les vertus thérapeutiques des sources d'Aulus, la station par excellence du cholestérol, des maladies métaboliques et des maladies de l'appareil réno-urinaire. Une nouvelle indication en Rhumatologie est obtenue en 2024. Inscrits dans un authentique site pyrénéen, les thermes d'Aulus marient la clarté du verre et la chaleur du bois. Ils ont été construits en 1989.

Contacts : 05 61 66 36 80 - secretariat@thermes-aulus.fr

Office de Tourisme Couserans Pyrénées : 05 61 96 26 60

contact@tourisme-couserans-pyrenees.com • www.tourisme-couserans-pyrenees.com

AVENE-LES-BAINS (HÉRAULT) www.centrethermalavene.com

Situé dans le Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc, le Centre Thermal Avène, fondé en 1990, est un lieu emblématique des soins dermatologiques, accueillant bébés, enfants et adultes. Situé dans la vallée de l'Orb, au cœur de l'Occitanie, et géré par le groupe Pierre Fabre, il offre un environnement idéal pour apaiser les affections cutanées chroniques telles que l'eczéma, le psoriasis, les effets secondaires des traitements anticancéreux, ou les séquelles de brûlures. Ce cadre exceptionnel doit son efficacité à une microflore unique, l'Aquaphilus, qui confère à l'eau thermale d'Avène des propriétés thérapeutiques incomparables.

Contacts : 04 67 23 41 87 - contact.avenecenter@pierre-fabre.com

Office de Tourisme Grand Orb : 04 67 23 43 38 - avene@tourisme-grandorb.fr

www.tourisme-grandorb.fr



AX-LES-THERMES (ARIÈGE-PYRÉNÉES)

www.acqs.com

Sur la route de l'Andorre, Ax-les-Thermes abrite deux établissements thermaux : le Teich, établissement principal, et le Modèle, intégré à la Résidence*** Le Grand Tétrás. Les eaux thermales d'Ax, les plus chaudes des Pyrénées (72 à 77°C), sont reconnues pour leurs propriétés uniques, bénéfiques pour les affections rhumatismales et respiratoires.

Fidèles à nos valeurs de soin, d'hospitalité et d'expertise, nous proposons à la fois des cures thermales conventionnées, destinées à soigner ces pathologies, et des formules plus courtes et personnalisées. Les Cures Aqua — Boost, Respire, Detox, Post Cancer — ainsi que la Journée Découverte Aqua permettent de profiter des vertus de nos eaux dans un format plus souple et accessible à tous.

Station thermale et touristique animée toute l'année, Ax-les-Thermes allie santé et tourisme de montagne, été comme hiver, avec ses sentiers de randonnée, sa station de ski et ses activités de plein air.

Contacts : 05 61 65 86 00

Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises :
05 61 64 60 60 - info@pyrenees-ariegeoises.com
www.pyrenees-ariegeoises.com

BAGNERES-DE-BIGORRE (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.thermes-bagneres.fr

Une Station : 2 formules avec ou sans hébergement pour votre cure thermale.

Nichée dans les Hautes-Pyrénées à 550 mètres d'altitude, Bagnères-de-Bigorre bénéficie d'un emplacement privilégié, au pied du Pic du Midi et à proximité des cols mythiques de l'Aspin et du Tourmalet.

Les eaux thermales de la station sont sulfatées calciques et magnésiennes et jaillissent naturellement à près de 50 °C. Bagnères de Bigorre dispose de 2 établissements offrant chacun un cadre unique pour se ressourcer :

Les Grands Thermes, bâtiment emblématique de la cité qui accueille plus de 8000 patients chaque saison venus soulager des pathologies rhumatologiques, respiratoires ou psychosomatiques.

L'équipe pluridisciplinaire, à l'écoute et bienveillante,



accompagne chaque curiste au plus près de ses besoins, un large choix de prestations complémentaires lui permettant d'optimiser les bienfaits des soins prescrits.

Contacts : 05 62 95 00 23 - info@thermes-bagneres.fr
www.thermes-bagneres.fr

Le nouvel établissement thermal haut de gamme « Les Bains de la Reine » surplombent la ville et offre un panorama remarquable. L'hébergement intégré 4**** Le Berceau de la Source offre un accès direct aux espaces de soins pour un maximum de 60 curistes logés en studio premium ou suite équipée.

La résidence hôtelière de standing allie cures conventionnées (en rhumatologie et affections psychosomatiques) et raffinement, pour une expérience thermale unique.

Contacts : 05 62 91 09 09 - contact@berceaudelasource.fr
www.berceaudelasource.fr

Office de Tourisme Tourmalet Pic du Midi : 05 62 95 50 71
info@tourmaletpicdumidi.fr • www.tourmaletpicdumidi.com

BAGNOLS-LES-BAINS (LOZÈRE)

www.bagnols-les-bains.com

Nichée entre Mont Lozère et Parc National des Cévennes, la station thermale de Bagnols-les-Bains vous accueille pour une parenthèse de soins et de ressourcement. Spécialisé dans le traitement des affections rhumatismales et des pathologies ORL et respiratoires, notre centre met à votre service une équipe pluridisciplinaire attentive et à l'écoute.

L'eau thermale, naturellement riche en soufre, fluor, bicarbonate de sodium et sels minéraux, offre des vertus reconnues pour apaiser les douleurs, améliorer la respiration et renforcer le bien-être général.

Prolongez les bienfaits de votre cure au SPA thermal, un espace dédié à la détente et à la déconnexion, ouvert à tous.

Contacts : 04 66 47 60 02
bagnols@france48.com

Office de Tourisme Mont-Lozère :
04 66 46 87 30
contact@destination-montlozere.fr
www.destination-montlozere.fr





BALARUC-LES-BAINS (HÉRAULT) www.eaux-thermales-balaruc.com

Agir durablement contre la douleur au cœur de la Méditerranée

Face à l'étang de Thau, Balaruc-les-Bains offre un cadre lumineux et apaisant où l'eau thermale devient une véritable alliée santé. Première station thermale de France, elle associe rigueur médicale, innovation constante pour accompagner chacun vers un mieux-vivre durable.

Les cures médicalisées s'adressent aux personnes souffrant de rhumatologie et de phlébologie, mais aussi à celles en rééducation post-cancer ou après des pathologies post-infectieuses.

Chaque soin s'appuie sur une ressource naturelle unique : l'eau thermale de Balaruc, puisée à plus de 2 000 m de profondeur.

Naturellement riche en minéraux et oligo-éléments, elle possède des propriétés antalgiques, anti-inflammatoires et régénérantes, renforcées par des procédés exclusifs comme le lit d'illutation de boue thermale, innovation brevetée en France. Une station de soin et de vie

Balaruc-les-Bains, c'est bien plus qu'une destination de santé : c'est un lieu d'accompagnement, de prévention et de réhabilitation.

Chaque année, plus de 98 % des curistes déclarent une amélioration de leur mobilité, une diminution de leurs douleurs chroniques et une meilleure qualité de vie.

La Maison Sport Santé

Depuis 2025, les Thermes de Balaruc-les-Bains enrichissent leur offre avec la Maison Sport-Santé, un espace dédié à l'accompagnement personnalisé pour renouer durablement avec une activité physique adaptée.

Encadrés par des professionnels qualifiés, les programmes conjuguent évaluations, suivi individualisé et séances d'activité physique adaptée.

Véritable prolongement de la cure thermale, cet espace place le mouvement au cœur du soin.

Entre soins, activités, conférences, bilans et conseils, le séjour à Balaruc-les-Bains s'inscrit dans une approche globale du mieux-vivre, fondée sur quatre piliers essentiels : agir sur la douleur, mieux se nourrir, retrouver un sommeil réparateur et équilibrer ses émotions.

Contacts : 04 67 51 76 01
accueil.reservation@thermesbalaruc.com

Office de Tourisme Archipel de Thau : 04 67 46 81 46
contact@archipel-thau.com • www.balaruc-les-bains.com



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

BARBOTAN-LES-THERMES (GERS) www.chainethermale.fr/barbotan-les-thermes

Dans le Gers, entre pins des Landes et vignobles d'Armagnac, au cœur de la Gascogne, Barbotan est une belle station Thermale animée. Il y règne un climat doux et sédatif qui rappelle la douceur Italienne de la Toscane. Ses eaux Thermales chaudes captées à 400m de profondeur garantissent une cure aux bienfaits inégalés.

Nouveautés 2026 : les cataplasmes avec musicothérapie et sur lit massant, à essayer sans tarder !.

La station de Barbotan-les-Thermes est spécialisée dans la Rhumatologie et la Phlébologie.

Contacts : 01 42 65 24 24
barbotanlesthermes@chainethermale.fr

Office de Tourisme de Barbotan-les-Thermes :
 05 62 69 26 59 - accueil@barbotantourisme.fr
www.barbotantourisme.fr



BAREGES-BARZUN (HAUTES-PYRÉNÉES) www.cieleo-bareges.com

A 1250 m d'altitude, la station thermale de Barèges- Barzun apporte le temps d'une cure, calme, air stimulant des montagnes et une vraie détente. Des soins efficaces et naturels associés à une prise en charge globale lors d'un séjour de trois semaines et qui prolongent les bienfaits de l'eau thermale tout au long de l'année. Au cœur des Pyrénées, deux établissements bâtis au milieu du XIXème siècle et modernisés accueillent aujourd'hui les curistes : Les thermes de Barzun, à l'entrée de Barèges traitent les affections des voies respiratoires, Les Grands Thermes, au centre du village, soignent les affections rhumatologiques et les séquelles de traumatismes ostéo-articulaires.

Nouveauté : Spa en eau thermale

Contacts : 05 62 92 68 02 - contact@cieleo-bareges.com

Office de Tourisme Vallées de Gavarnie :
 05 62 92 16 00 - infotourisme@valleesdegavarnie.com
www.valleesdegavarnie.com





CAPVERN-LES-BAINS (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.thermes-de-capvern.fr

L'établissement thermal de Capvern-les-Bains se situe au cœur des Baronnies dont les reliefs doux et lumineux annoncent la chaîne des Pyrénées.

Capvern, dans le département des Hautes-Pyrénées, est aux portes des Vallées d'Aure et du Louron. A 475 m d'altitude, Capvern bénéficie d'un climat tempéré aux vertus sédatives. L'eau thermale unique de Capvern, naturellement pure et réputée pour ses vertus thérapeutiques, a fait de la station la « capitale du rein ». Nous traitons les affections urinaires, les affections digestives et la rhumatologie. Des programmes spécifiques complémentaires sur la surcharge pondérale, l'obésité, l'endométriose et la réhabilitation post cancer du sein sont proposés. Renseignez-vous pour connaître la prise en charge de ces programmes.

Contacts : 05 62 39 00 02
secretariat@thermes-de-capvern.fr

Office de Tourisme Cœur des Pyrénées :
05 62 39 00 46 - info@coeurdespyrenees.com
www.coeurdespyrenees.com

CASTERA-VERDUZAN (GERS)

www.thermes-castera.fr

En plein cœur du Gers et de la campagne gasconne, les thermes de Castéra-Verduzan vous invitent à une parenthèse de calme et de bien-être, au sein d'un village de 1 000 habitants offrant tous les services du quotidien. Une résidence de 22 appartements (studio et T1) est intégrée dans l'établissement thermal, chaleureux, familial et de taille humaine. Préconisées dans les soins de Rhumatologie, des Affections digestives, maladies métaboliques et Affections bucco-linguales, les eaux Sulfatées, Calciques et Magnésiennes de Castéra-Verduzan, sont réputées depuis l'époque Gallo-Romaine.

Contacts : 05 62 68 00 00
accueil@thermes-castera.fr

Office de Tourisme Grand Auch Cœur de Gascogne :
05 62 05 22 89 - info@auch-tourisme.com
www.auch-tourisme.com



CAUTERETS (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.thermesdecauterets.com

Au cœur du Parc National des Pyrénées, Cauterets incarne une destination où nature, santé et sérénité se conjuguent harmonieusement.

Reconnue comme la capitale du soufre, la station offre un environnement préservé, un air pur de montagne et des eaux minérales naturellement chaudes, riches en soufre, en sodium et en oligo-éléments. Cette composition unique en fait une alliée précieuse pour soulager durablement les affections respiratoires (asthme, bronchite chronique, BPCO...) ainsi que les douleurs articulaires et rhumatologiques chroniques (arthrose, arthrite, rachialgie...).

L'eau thermale soufrée, puisée au cœur du massif granitique, révèle des propriétés apaisantes, anti-inflammatoires et cicatrisantes, sublimées par un savoir-faire thermal reconnu depuis des siècles.

Professionnels de santé, agents thermaux et équipes d'accueil œuvrent ensemble dans une approche personnalisée, attentive et bienveillante, pour faire de chaque séjour un moment de soin et de ressourcement.

Pour prolonger les bienfaits de la cure, les Thermes proposent un programme d'activités complémentaires : randonnées encadrées, ateliers équilibre et posture, gym douce, relaxation, détente au spa thermal des Bains du Rocher, véritable écrin ouvert sur les sommets, et bien d'autres encore... À Cauterets, la cure devient bien plus qu'un traitement : une rencontre entre la montagne, l'eau et l'humain, pour renouer durablement avec l'énergie et la vitalité.

Contacts : 05 62 92 51 60 - reservation@thermesdecauterets.com

Office de Tourisme de Cauterets : 05 62 92 50 50 - infos@cauterets.com
www.cauterets.com



CRANSAC-LES-THERMES (AVEYRON)

www.chainethermale.fr/cransac-les-thermes

L'établissement thermal de Cransac-les-Thermes est une station thermale unique en Europe grâce à ses gaz naturels chauds. Cransac-les-Thermes se distingue par son phénomène géologique exceptionnel : les gaz naturels chauds qui s'échappent des flancs de la « Montagne qui brûle ». Située au cœur d'une forêt d'acacias, au nord-ouest de l'Aveyron, c'est la seule station thermale du département.

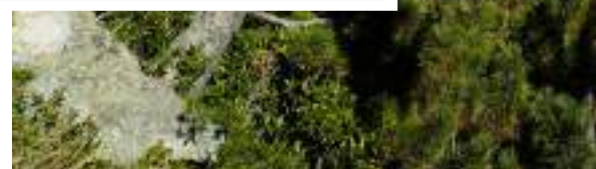
Ici, vous pourrez soigner toutes vos affections rhumatologiques. Les gaz chauds, associés à une source thermominérale, constituent des alliés puissants pour soulager vos maux et améliorer votre bien-être. En accès direct par ascenseur, vous pourrez séjourner en appartement ou duplex dans notre résidence Les Logis des Boisements***, qui offre une vue imprenable sur le site boisé environnant. Pour compléter votre cure, profitez de deux programmes complémentaires : un ciblé sur les cervicales et les épaules, et l'autre sur le dos et les lombaires.

Cransac-les-Thermes fait partie du groupe La Chaîne Thermale du Soleil, vous garantissant un séjour de qualité dans un cadre naturel apaisant.

Contacts : 01 42 65 24 24

cransaclesthermes@chainethermale.fr

Office de Tourisme de Decazeville : 05 65 63 06 80
tourisme@decazeville-communaute.fr • www.tourisme-paysdecazeillois.fr





LA PRESTE-LES-BAINS

(PYRÉNÉES-ORIENTALES)

www.chainethermale.fr/la-preste-les-bains



Au cœur du cirque grandiose du Haut Vallespir, tout près de l'Espagne, la station thermale de La Preste vous accueille dans une nature préservée. Les thermes sont réputés dans le traitement des affections génito-urinaires, mais également pour le métabolisme et la rhumatologie. La Preste-les-Bains est classée station climatique, en raison d'un climat méditerranéen tempéré par l'altitude (1 130 m).

La Preste-les-bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

Contacts : 01 42 65 24 24

laprestelesbains@chainethermale.fr

Office de Tourisme de Prats de Mollo La Preste :
04 68 39 70 83 - pratsdemollo@vallespircanigo.com
www.pratsdemollolapreste.com



apercevez depuis tous les espaces de soins. Disposant des eaux bicarbonatées sodiques des Pyrénées, naturellement gazeuses, l'établissement thermal soignent les maladies cardio-artérielles et les affections de l'appareil digestif et du métabolisme. Le programme complémentaire « Surpoids et diabète » permet de compléter judicieusement votre cure thermique.

Contacts : 01 42 65 24 24 - leboulou@chainethermale.fr

Vallespir Tourisme : 04 68 87 50 95

contact@vallespir-tourisme.com

www.vallespir-tourisme.fr



LAMALOU-LES-BAINS (HÉRAULT)

www.chainethermale.fr/lamalou-les-bains



Dans le parc naturel régional du Haut-Languedoc, entre vignobles et contreforts des Cévennes, la station thermale méridionale de Lamalou-les-Bains vous accueille dans un cadre verdoyant, propice à la récupération et au bien-être: une pause salubre, pour mettre entre parenthèses le stress du quotidien. La qualité des eaux thermales, dont les vertus thérapeutiques ont été mises en lumière par le Docteur Charcot, fait de Lamalou-les-Bains, l'un des rares centres thermaux français à soigner la Neurologie et la Rhumatologie simultanément.

Lamalou-les-bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

Contacts : 01 42 65 24 24

lamaloulesbains@chainethermale.fr

Office de Tourisme Grand Orb : 04 67 95 70 91
lamaloulesbains@tourisme-grandorb.fr
www.tourisme.grandorb.fr



LE BOULOU (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

www.chainethermale.fr/le-boulou

Dans un jardin luxuriant, à l'extérieur de la ville avec parking gratuit, la station thermale du Boulou, prend des allures d'Hacienda. Les murs vénérables de galets anciens ouvrent largement sur la nature que vous



LECTOURE (GERS)

www.valvital.fr/Nos-stations-thermales/Lecture-Station-thermale-de-Lecture

L'établissement thermal de Lecture est installé depuis 2003 dans un ancien hôtel particulier du XVIII^e siècle - l'hôtel de Goulard - compte parmi les plus beaux établissements thermaux de France. La jauge garantit à cet établissement un rapport familial, l'humain avant tout. Côté contexte, rien de moins qu'une cité fortifiée, les Thermes vissés au centre, en fer de lance. D'autres éléments viennent rajouter un peu de prestige supplémentaire : les ateliers du Bleu de Pastel (pigment ayant fait la renommée de Toulouse aux XV^e et XVI^e siècles), la Via Podensis du Chemin de Saint-Jacques de Compostelle (voie la plus fameuse), un Centre d'Art National et une rue commerçante vaillamment garnie ! Lecture, une station du groupe familial ValVital.

Contacts : 05 62 68 56 00 - lecture@valvital.fr

Office de Tourisme Gascogne Lomagne Lecture :

05 62 64 00 00 - contact@otgl.fr

www.gers-armagnac.com





LES-FUMADES-LES-BAINS (GARD)

www.fumades.com

Après presque trois ans de travaux, c'est un établissement thermal dernier cri qui a ouvert ses portes en 2024 aux Fumades. Le seul établissement thermal du Gard regroupe des espaces de soins thermaux mais aussi un espace détente aquatique, un Spa et un hôtel***. Les Thermes des Fumades sont l'un des rares établissements en France à soigner quatre orientations thérapeutiques différentes : rhumatologie, dermatologie, voies respiratoires et affections des muqueuses bucco-linguales. Une occasion idéale pour soigner deux pathologies à la fois et définir les Fumades comme le temple de la double orientation.

Contacts : 04 66 54 08 08 - info@fumades.com

Office de Tourisme Cèze et Cévennes :

04 66 24 80 24 - otcezecevennes@gmail.com.

www.tourisme-ceze-cevennes.com



LUCHON (HAUTE-GARONNE)

www.thermes-luchon.fr

Avec les eaux parmi les plus sulfurées de France et un vaporarium naturel, unique en Europe, Luchon attire chaque année de nombreux curistes qui viennent soulager leurs pathologies ORL et rhumatismales. Dans un écrin splendide entouré de montagnes, chacun peut respirer un air pur et retrouver sa vitalité. En prime, les thermes proposent toute l'année un espace thermoludique, un espace gourmand et un spa.

Contacts : 05 61 94 52 52 - contact@thermes-luchon.fr

Pyrénées 31 Tourisme : 05 61 79 21 21 - info@pyrenees31.com

www.pyrenees31.com



LUZ-SAINT-SAUVEUR (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.thermesdeluz.fr

Les thermes de Luz-Saint-Sauveur, placés en balcon sur les gorges du gave de Pau, offrent un superbe panorama sur les lumières de la vallée de Luz. Leur environnement exceptionnel, au cœur du Parc National des Pyrénées en fait un lieu de séjour touristique aux multiples attraits. Les espaces de soins s'inscrivent dans une architecture où s'allient histoire napoléonienne et modernité, créant un décor majestueux pensé pour votre bien-être.

Contacts : 05 62 92 81 58

thermes@luz.org

Office de Tourisme de Luz-Saint-Sauveur :

05 62 92 30 30 - bonjour@luz-tourisme.com

www.luz.org







MOLITG-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

www.chainethermale.fr/molitg-les-bains

La station thermale de Molitg-les-Bains est un village plein de charme situé à 600 mètres d'altitude, sur un plateau ensoleillé entre la Méditerranée et le Pic du Canigó (2785 m), cœur du parc naturel régional des Pyrénées Catalanes. Le domaine thermal adossé à la colline est situé face au Canigó, offre un environnement exotique exceptionnel entre essences rares et uniques, avec sa verrière de cuivre offrant une très belle vue sur la nature environnante. Molitg-les-Bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

Contacts : 01 42 65 24 24
molitglesbains@chainethermale.fr

Office de Tourisme Conflent Canigó :
04 68 05 41 02 - info@tourisme-canigo.com
www.tourisme-canigo.com

RENNES-LES-BAINS (AUDE) www.thermes-renneslesbains.fr

Entre mer et Pyrénées, Rennes-les-Bains est la seule station thermale de l'Aude. Réputée depuis l'époque gallo-romaine, elle doit sa renommée à ses eaux chaudes aux vertus apaisantes et anti-inflammatoires. Spécialisée en affections rhumatismales, elle propose des soins ciblés (hydrojets, douches à action proprioceptive, massages, mobilisations en piscine) pour soulager arthrose, lombalgies, tendinopathies, séquelles de traumatismes et fibromyalgie.

Un programme spécifique fibromyalgie, pluridisciplinaire et personnalisé, aide à réduire les douleurs et la prise médicamenteuse, tout en restaurant confiance et autonomie.

À deux pas des thermes, la Résidence Vital Aude propose des studios tout équipés et un espace forme avec piscine, hammam, jacuzzi et salle de sport. Massages bien-être et soins esthétiques complètent cette parenthèse de santé et de ressourcement. Ici, soin, nature et sérénité se rencontrent pour une vraie pause bien-être.

Contacts : 04 68 74 71 00
contact@thermes-renneslesbains.fr

Limouxin Tourisme :
04 68 31 11 82 - tourisme@cc-limouxin.fr
www.limouxin-tourisme.com



SAINT-LARY-SOULAN (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.valvital.fr/Nos-stations-thermales/Saint-Lary-Soulan-Station-thermale-de-Saint-Lary-Soulan

Eaux cristallines et panorama exceptionnel sur les montagnes pyrénéennes. Au cœur des Pyrénées, dans la vallée d'Aure, se trouve un petit village au charme incontestable des montagnes. Nichés parmi les chalets, les thermes de Saint-Lary-Soulan accueillent curistes et visiteurs en quête de bien-être et de détente. Facile d'accès, proche de l'Espagne et à 2h de Toulouse, c'est sur un lieu de vacances et d'enchantement que vous pourrez venir réaliser votre cure en rhumatologie ou en voies respiratoires. L'eau thermale utilisée aux thermes de Saint-Lary-Soulan provient de sources délivrant des eaux chlorurées, sodiques, riches en silice sulfurée et sulfatée. Ces propriétés sont très intéressantes dans le traitement des rhumatismes et voies respiratoires.

Été comme hiver, le Sensoria Rio vous permet de découvrir les joies des tourbillons et des geyser...

Saint-Lary-Soulan, une station du groupe familial ValVital.

Contacts : 05 62 40 71 71
saintlary@valvital.fr

Office de Tourisme de Saint-Lary :
05 62 39 50 81 - info@saintlary.com
www.saintlary.com

SALIES-DU-SALAT (HAUTE-GARONNE) www.thermes-de-salies.com/pages/cure-thermale_35.html

L'établissement thermal de Salies du Salat, station située dans le sud de la Haute-Garonne, à 300 m d'altitude, est à mi-chemin entre Toulouse et les Pyrénées. Vous découvrirez le charme d'une petite ville surnommée « la reine du sel », avec ses palmiers et ses généreux espaces de verdure.

Depuis l'Antiquité, l'eau du « puits salé », qui coulait à fleur de terre au milieu du parc des anciens thermes, était utilisée pour la fabrication du sel domestique et les bains. On a retrouvé des baignoires en marbre datant des romains.

Contacts : 05 61 90 56 41
saline.thermes@mairie-salies-salat.fr

Office de tourisme Cagire Garonne Salat :
05 61 94 86 51 - contact@opyrenees.fr
www.opyrenees.fr

USSAT-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES) www.thermes-ussat.fr

Au cœur des Pyrénées Ariégeoises, venez-vous ressourcer. La station d'Ussat les Bains traitent les affections rhumatologiques, neurologiques, les troubles psychosomatiques et les affections gynécologiques depuis plus de 250 ans. Ses programmes d'activités Parkinson, Burn-Out ou les ateliers Endométriose conforteront les soins thermaux. Son parc séculaire en bordure d'Ariège est un havre de paix.

Contacts : 05 61 02 20 20
contact@thermes-ussat.fr

Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises : 05 61 64 60 60
info@pyrenees-ariegeoises.com
www.pyrenees-ariegeoises.com



VERNET-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

<https://www.valvital.fr/Nos-stations-thermales/Vernet-les-Bains-Station-thermale-de-Vernet-les-Bains>

Vernet-les-Bains, niché au cœur des majestueuses Pyrénées-Orientales, est une perle rare de la Catalogne française. Ce village pittoresque, baigné de douceur méditerranéenne, séduit les âmes en quête de calme et de nature. Entouré de montagnes majestueuses tel que le Canigou, il offre un cadre enchanteur où l'air pur, la douceur du climat et le son de la rivière créent une atmosphère sereine. Les rues pavées de Vernet-les-Bains invitent à la flânerie. Le quartier de la Belle Époque, le Casino, le parc thermal, joyau de la ville, les cafés chaleureux et l'emblématique train jaune font de Vernet-les-Bains un village où le temps semble suspendu. C'est dans ce lieu de détente et de tradition que vous pourrez profiter d'une cure thermale en voies respiratoires ou rhumatologie, et vous délasser dans notre spa thermal, sa piscine, son hammam, son sauna et ses bains à remous. Vernet-les-Bains, une station du groupe familial ValVital.

Contacts : 04 68 05 52 84
vernet@valvital.fr

Office de Tourisme Conflent Canigó :
04 68 05 41 02 - info@tourisme-canigo.com
www.tourisme-canigo.com

Bien-être dans les spas thermaux

Les soins, la relaxation et la remise en forme sont particulièrement développés dans les spas thermaux de notre région. Chacun d'entre eux vous propose une gamme complète de prestations qui vous permettront de bénéficier de l'expertise thermale locale, mais également des dernières innovations en matière de massages, modelages et soins pour le corps et le visage.

 *Bulles, jets massants, bassins animés, geysers ou contre-courants... les centres thermoludiques permettent aussi de profiter des bienfaits de l'eau thermale de façon récréative, dans des décors et des mises en scène variés et de grande qualité.*







ARGELÈS-GAZOST (HAUTES-PYRÉNÉES)

LE JARDIN DES BAINS

www.lejardindesbains.com

Dans un environnement de montagne douce, le Jardin des Bains vous enveloppe dans un monde qui serait la synthèse des plus beaux jardins dont vous puissiez rêver. On y découvre tous les plaisirs qu'offrent les jardins aquatiques, le parcours de marche, les bains de senteurs et le mystérieux puits de l'Inca...

Contacts : 05 62 97 03 24

 *Bain & Détente pour petits et grands ! Dès l'âge de 6 mois pour des séances de BabySpa, enfants et adolescents profitent avec leurs parents du bassin principal de la Forêt d'Emeraude et ses lits à bulle, jacuzzi, jets massant, contre-courant, cols de cygnes... Les plus grands découvriront la Ziggourat et ses jardins Mésopotamiens : bain des senteurs aux huiles essentielles qui évolue au rythme des saisons et bain des musiques, harmonieusement disposés autour d'un puits froid.*

AMÉLIE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

SPA THERMAL

<https://www.chainethermale.fr/amelie-les-bains/forme-et-spa>

Bâti sur les fondations de bains antiques, avec une piscine et une voûte romaine classées monument historique, le Spa Thermal d'Amélie-les-Bains, aux inspirations contemporaines, conjugue harmonieusement les soins thermaux les plus relaxants aux longs modelages prodigués par des mains expertes. Découvrez notre carte de soins corps et visage signés SOTHYS, l'une des marques originelles de l'institut & du spa (production française éco-responsable).

Contacts : 04 68 87 94 55
amelielesbains@chainethermale.fr



AULUS-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES)

ESPACE BIEN-ÊTRE ET ESPACE AQUA-DÉTENTE DES THERMES

www.thermes-aulus.fr

Nichés à 780 m d'altitude, les thermes d'Aulus-les-Bains marient avec charme la clarté du verre et la chaleur du bois. Tout est conçu pour que le temps des soins soit un moment de bien-être et de détente : unités de soins spacieuses aux larges baies vitrées surplombant le parc thermal, solarium où l'on a plaisir à se reposer.

Contacts : 05 61 66 36 80
secretariat@thermes-aulus.fr





AVÈNE (HÉRAULT)
SPA THERMAL AVÈNE
www.centrethermalavene.com

Un écrin de nature unique où la peau trouve l'équilibre et l'esprit le lâcher-prise

Au Spa Thermal Avène nous mettons l'Eau thermale d'Avène, actif d'exception, au service de votre peau. Chaque soin puise dans l'expertise dermocosmétique de la marque Eau Thermale Avène, et vous offre une expérience de déconnexion et de lâcher prise incomparable.

Situé seulement à 1h15 de Montpellier et 1h de Béziers au cœur de l'Hérault notre Spa Thermal bénéficie d'un cadre naturel exceptionnel.

Le Spa Thermal Avène est l'endroit idéal pour un retour vers l'essentiel en cabine individuelle ou duo.

Choisissez la durée du soin dont vous avez besoin : Expérience Signature 2h ou 3h, ou Séjours Ma Source d'Equilibre de 2 à 4 jours. Accessible à partir de 16 ans..

Contacts : 04 67 23 41 87
contact.avenecenter@pierre-fabre.com

 *Besoin de déconnecter le temps d'une journée : laissez-vous tenter par notre formule Spa Gourmet : Spa + Déjeuner Gourmet + Accès piscine. Possibilité d'allier bien-être et hébergement avec une nuitée à Eau Thermale Avène l'Hôtel : à partir de 172€*

AX-LES-THERMES (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
LES BAINS DU COULOUBRET
www.thermes-ax.com

Cet espace de détente en eau thermale de 3 000 m² a été aménagé dans l'ancien établissement thermal du Couloubret, au centre d'Ax-les-Thermes. L'architecture, les matériaux employés, les éléments de décor : tout fait délicatement référence aux Romains, grands amateurs de bains et premiers découvreurs des sources minérales pyrénéennes. Voici le lieu rêvé pour se détendre après une marche en montagne, pour se délasser après une journée de ski, pour éliminer stress et tensions !

Contacts : 05 61 02 64 41
bains.couloubret@acqs-ax.com

 *Les Bains du Couloubret jouent en effet habilement sur tout le répertoire des centres thermoludiques actuels : geysers, contre-courants, douches manteaux, cols de cygne, bouillonnements, jets massants, ... le tout alimenté par une eau thermale naturellement chaude.*



BAGNÈRES-DE-BIGORRE (HAUTES-PYRÉNÉES)
AQUENSIS
www.aquensis.fr

Aquensis, haut lieu Pyrénéen pour découvrir tous les plaisirs d'une eau thermale naturellement bienfaisante ! Bassins animés, jacuzzis en terrasse, hammam et saunas sont autant d'invitations au bien-être et à la détente. L'Espace Bien-Être vous accueille avec une gamme de soins personnalisés dotée d'une forte empreinte Pyrénéenne (plantes des montagnes, lait d'ânesse...).

Les nombreuses animations aquatiques, combinées à une architecture majestueuse, composent un lieu d'exception, destination incontournable pour passer de formidables moments, à deux, en famille ou entre amis.

Contacts : 05 62 95 86 95
contact@aquensis.fr

 *Une expérience bien être à combiner par exemple avec une visite du Pic du Midi (pic et bulles) ou une journée ski (aqua-ski).*



BAGNOLS-LES-BAINS (LOZÈRE)
SPA AQUA CALIDA
www.bagnols-les-bains.com



Entre amis ou en famille, venez profiter du spa Thermal de Bagnols-les-Bains. Nos différents espaces ont été créés en mettant en avant la thérapie du chaud et du froid avec un mélange d'activités de dernière technologie. Pour prolonger l'expérience et vous permettre de vous relaxer et vous ressourcer, de nombreux soins de bien être vous sont également proposés. Entourés d'une équipe au petit soin, le spa thermal de Bagnols-les-Bains deviendra pour vous un espace de détente

et de bien être incontournable en Lozère.

Contacts : 04 48 21 03 49
spa@france48.com

BALARUC-LES-BAINS (HÉRAULT)
SPA THERMAL O'BALIA
www.obalia.fr

Un havre de sérénité suspendu entre ciel et lagune

Au dernier étage de l'établissement thermal de Balaruc-les-Bains, La Parenthèse O'balia offre une expérience unique où bien-être et beauté se rencontrent.

Face à la lagune de Thau et au mont Saint-Clair, cet écrin de lumière invite à la détente et à la reconnexion avec soi-même. Plus qu'un institut, c'est une invitation au voyage sensoriel où chaque soin devient un rituel de lâcher-prise, inspiré des traditions du monde et sublimé par les vertus de l'eau thermale de Balaruc, riche en minéraux et en bienfaits naturels.

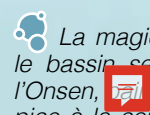
Les modelages signature O'balia mêlent gestes enveloppants, éveil sonore tibétain et senteurs méditerranéennes pour une relaxation profonde.

Les rituels visage et corps, comme le Voyage de Christal ou le Signature Minéralium, conjuguent innovation, énergie et douceur, pour offrir une sérénité absolue et une peau visiblement régénérée.



Accessible et élégant, l'institut accueille chacun dans une atmosphère apaisante et raffinée, propice à la déconnexion. Avec des soins à partir de 29 €, La Parenthèse O'balia s'adresse à tous ceux qui souhaitent s'offrir un moment suspendu, entre nature, soin et émotion.

Contacts : 04 67 18 52 05 - contact@obalia.fr
Facebook : https://www.facebook.com/thermes-balaruc/?locale=fr_FR
Instagram : https://www.instagram.com/thermes_balaruc/?hl=fr

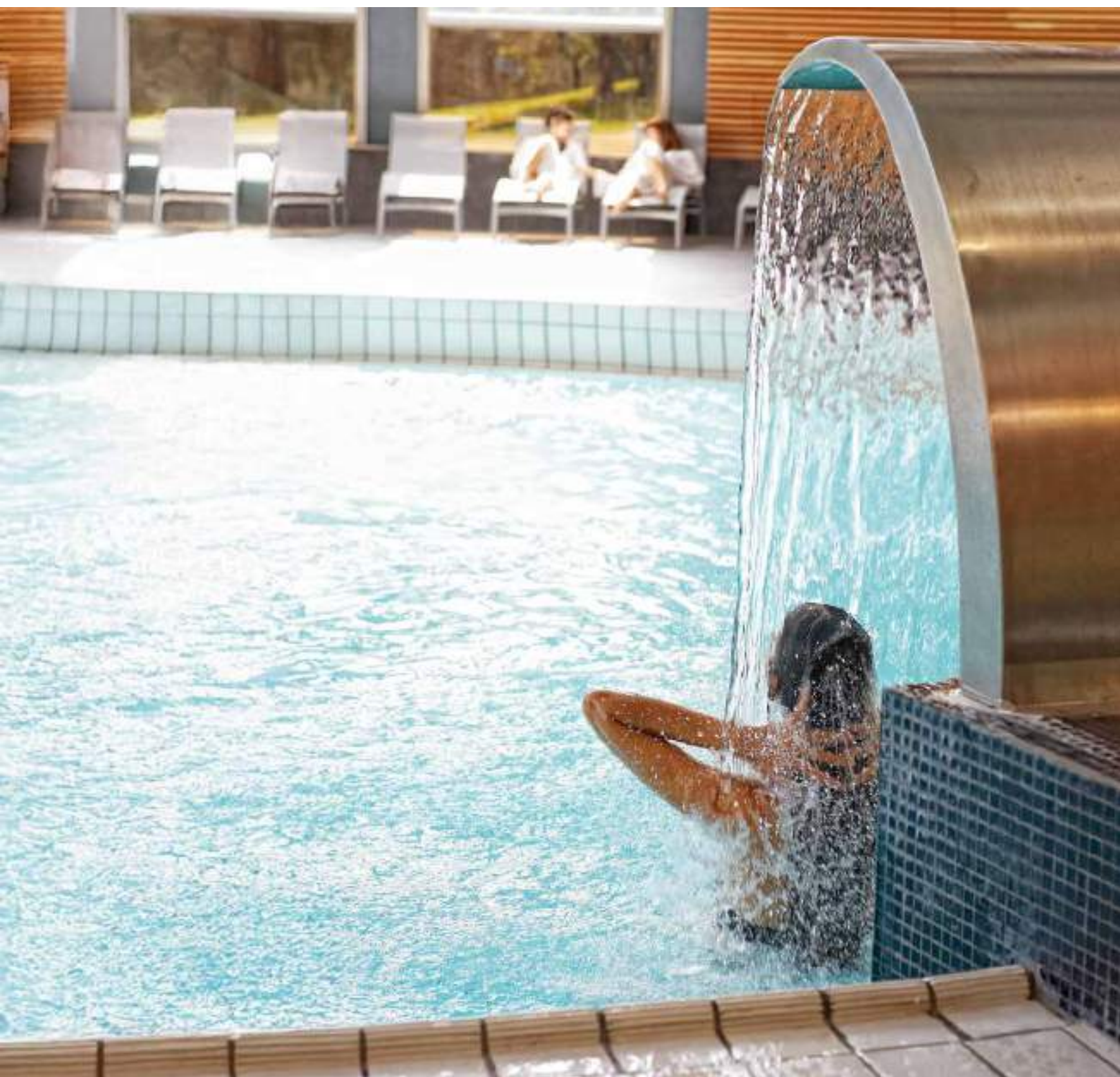
 La magie de l'eau à Balaruc-les-Bains, l'Oasis, le bassin sensoriel ludique d'eau thermale à 34°, l'Onsen,  bouillonnant d'inspiration japonaise propice à la contemplation, le caldarium (45°C et 90% d'humidité), le sauna vitré (65°C chaleur sèche), le chemin de pluie, couloir baigné de lumière naturelle, La Magie de l'Eau à Balaruc vous invite à un voyage sensoriel inédit. L'espace Spa Magie des Mains allie massages, soins visage et du corps, escapades aromatiques à vivre en solo ou en duo.



BARBOTAN-LES-THERMES (GERS)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/barbotan-les-thermes/forme-et-spa

Le SPA Thermal de Barbotan les Thermes se déploie sur un espace dépaysant de 400m² aux décors de pierres blondes et d'émaux. Un institut de beauté est installé au cœur de ce lieu de rêve à la lumière tamisée idéal pour tester l'un des rituels de beauté ou de détente signés de la marque Française Sothys. Grâce à un large choix de soins en balnéothérapie vous pourrez bénéficier, également, de tous les bienfaits de l'eau thermale.

Contacts : 05.62.08.32.88
barbotanlesthermes@chainethermale.fr





BARÈGES (HAUTES-PYRÉNÉES)
CIELÉO
www.cieleo-bareges.com

Vu de l'extérieur, avec son élégant dôme de verre qui surmonte une rotonde à colonnade, Ciéleo évoque ces coupoles astronomiques d'où l'on observe les mystères du ciel. Un concept unique : le bien-être côtoie les sommets.

Contacts : 05 62 92 68 02
contact@cieleo-bareges.com

 Ciéleo, extension des thermes de Barèges, se développe sur une superficie de 250m2 avec bassin animé, jets, geysers, jacuzzi, hammam, solarium... Le tout complété par des soins personnalisés.

Découvrez nos tout nouveaux forfaits de récupération sportive, offrant une expérience complète comprenant un mini hammam individuel, un bain hydrotonic revigorant, une douche Écossaise apaisante, une séance de cryothérapie revigorante et un massage sportif professionnel.

CAPVERN-LES-BAINS

(HAUTES-PYRÉNÉES)

L'EDENVIK

www.thermes-de-capvern.fr/bien-etre-edenvik

Raffinement, quiétude et douceur caractérisent cet espace qui vous accueille dans un décor chaleureux et parfaitement calme.

L'ambiance zen et douillette de l'Edenvik résulte d'une union harmonieuse entre le granit des Pyrénées et la transparence du verre. Signe de distinction de l'Edenvik, le bois ou plutôt les bois, soigneusement sélectionnés, vous enveloppent de leur douceur et de leurs raffinements scandinaves.

Contacts : 05 62 39 33 32
accueil@ledenvik.fr

 Sous une coupole en bois, les baigneurs peuvent profiter pleinement des bulles dans une eau à 33°: geyser, jacuzzi, nage à contre-courant, jets massants, lits à bulles dans un bassin de 120 m². Autre spécificité du centre, le bain à vapeur viking. Un concept original qui allie hammam et douche glacée. Profitez des séances d'aquagym, aqua bike, relaxation avec des cours pour les femmes enceintes, cours bébés nageurs et initiation à la natation.



CASTÉRA-VERDUZAN (GERS)
SPA THERMAL
www.thermes-castera.fr

Découvrez et appréciez "Le Spa des Campagnes". Pour quelques heures ou en séjour, vertus thérapeutiques de l'eau thermale et plaisirs aquatiques conjuguent leurs bienfaits et vous apportent apaisement et énergie, avant un nouveau plongeon dans la vie active.

Contacts : 05 62 68 00 00
accueil@thermes-castera.fr



CAUTERETS (HAUTES-PYRÉNÉES)
LES BAINS DU ROCHER
www.thermesdecauterets.com

Sur 2 500 m², "Les Bains du Rocher" vous invitent à vivre une expérience de bien-être dans un cadre chaleureux et raffiné. Entre bassins intérieurs et extérieurs, bains à remous et lits à bulles, laissez-vous porter par les bienfaits des eaux thermales naturellement chaudes, tout en admirant les paysages majestueux de la montagne, quelle que soit la saison. Après une randonnée, une activité en plein air ou une journée de ski, ces instants de détente seront une parenthèse inoubliable. Parfaitement intégrés dans leur environnement naturel, Les Bains du Rocher vous offrent un véritable tête-à-tête avec la nature.

Contacts : 05 62 92 14 20- accueil@bains-rocher.fr



L'institut de beauté des Bains du Rocher est un espace dédié à votre bien-être, où une large gamme de soins est proposée, pour elle et pour lui : modelages, soins du visage, soins du corps, épilations, bar à ongles, ... Des soins spécifiques pour sportifs, futures mamans ou à base d'eau thermale enrichissent l'offre, répondant à chaque besoin pour un moment de relaxation absolue.

CRANSAC-LES-THERMES

(AVEYRON)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/cransac-les-thermes/forme-et-spa

Le Spa thermal des thermes de Cransac vous promet des moments de pleine détente, de bien-être et de soins attentifs dans un environnement naturel et revivifiant. Formules spa, soins thermaux ou encore soins du visage et modelages aux huiles essentielles sont réalisés dans une ambiance feutrée et tamisée.

Contacts : 05 65 43 68 41
cransaclesthermes@chainethermale.fr





LA CHALDETTE (LOZÈRE)
CENTRE DE BIEN-ÊTRE / SPA THERMAL
www.lachaldette.com

La Chaldette est une station thermale située en plein cœur de l'Aubrac, à 1000m d'altitude dans un environnement exceptionnel. Au centre de bien-être / Spa Thermal : massages aux Huiles Essentielles Bio, massages au Thé d'Aubrac, aromathérapie, soins Esthétiques, soins d'Hydrothérapie, bassins actifs, sauna, Hammam, hydromassage en apesanteur, tisanderie Bio, solarium, espaces détente...

Située à 200 m, la résidence thermale offre des hébergements tout confort pour profiter pleinement de votre **séjour**. Une évasion hors du temps, seul, en couple, entre amis...

Contacts : 04 66 31 68 00 - chaldette@france48.com

LA PRESTE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/la-preste-les-bains/forme-et-spa

Le Spa Thermal vous accueille au cœur du Service Premier où règne une ambiance feutrée qui vous enveloppe comme un cocon. Cabines de soins individuelles, piscine d'eau thermale et salle de repos avec vue panoramique sur la vallée, linge douillet et un accueil personnalisé vous promettent ressourcement et bien-être en soins à l'unité, mais aussi, lors de forfaits à la demi-journée de programmes de remise en forme thérapeutiques. L'Espace Beauté joue la carte de l'indépendance, à l'extérieur de la bâtisse. Dans cet espace intime et coquet, découvrez les Rituels Beauté Sothys qui marient gestes et extraits végétaux pour une parenthèse beauté nature.

Contacts : 04 68 87 88 60
laprestelesbains@chainethermale.fr

LAMALOU-LES-BAINS (HÉRAULT)
SPA THERMAL

www.chainethermale.fr/lamalou-les-bains/forme-et-spa

Au cœur du spa thermal de Lamalou, profitez de soins à la fois toniques et relaxants pour libérer votre corps du stress et des tensions quotidiennes. Dans une bulle de sérénité, notre équipe vous guide vers un voyage où le corps s'apaise et l'esprit s'évade.

Contacts : 04 67 23 36 21
lamaloulesbains@chainethermale.fr





LE BOULOU (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

SPA THERMAL

www.chainethermale.fr/le-boulou/forme-et-spa

Institut de beauté, massages profonds et relaxants, salle de sport, atelier de cuisine diététique et un arsenal d'activités de bien être vous permettront d'optimiser votre santé ainsi que votre mieux-être quotidien.

Contacts : 04 68 87 52 00

LECTOURE (GERS)

SPA THERMAL VALVITAL

www.valvital.fr/Spa-Sejours/Lecture-Station-thermale-de-Lecture

Installé dans l'hôtel de Goulard, une demeure du XVIIIème siècle magnifiquement rénovée, le spa thermal de Lecture vous accueille dans un environnement d'exception. Les soins du corps et du visage vous apportent les vertus bien-faisantes uniques de l'eau thermale qui sublimera votre peau et vous apportera une relaxation totale !

Contacts : 05 62 68 56 00

lecture@valvital.fr



THERMES DES FUMADES (GARD) LES BAINS ESPACE REMISE EN FORME www.fumades.com

Après presque trois ans de travaux, une nouvelle ère s'est ouverte pour les thermes des Fumades. Profitez d'un complexe offrant hôtel***, espace détente aquatique et spa pour une parenthèse de bien-être et de sérénité. L'espace détente aquatique propose un flotarium de 15 m2 rempli d'eau fortement salée, un bassin ludique d'environ 200 m2 doté de banquettes à bulles, rivières à courant, cascade, un hammam et un sauna, des douches sensorielles... Cette « salle des bassins » plonge dans le parc attenant via de larges baies vitrées, offrant un paysage arboré propice au lâcher-prise. Elle permet également d'accéder à un bassin extérieur. Un spa complète l'offre en proposant une large gamme de soins beauté et modelages détente en partenariat avec Sothys.

Contacts : 04 66 54 08 08 - info@fumades.com

LUCHON (HAUTE-GARONNE)

Thermes de Luchon.

www.thermes-luchon.fr

L'espace thermoludique « Ressources & Vous » de 2 800 m2 en eau thermale se compose de deux bassins intérieurs, un jacuzzi, trois saunas, un tépidarium, un ciel de neige, un mur de glace, une fontaine de glace, six douches sensorielles, des banquettes chauffantes... À l'extérieur, le bassin de 120 m2 en toit-terrasse et le solarium complètent l'offre. Autre atout de l'offre bien-être des thermes de Luchon dans le cadre du forfait « Ressources & Vous » : l'accès au célèbre vaporarium, hammam naturel unique en Europe. Le dernier espace des Thermes de Luchon a ouvert ses portes en décembre 2024. Il s'agit d'un spa de huit cabines de soins esthétiques (dont un duo), un hammam, un jacuzzi, un sauna naturel, trois douches sensorielles et une banquette chauffante. La carte de soins est proposée en partenariat avec la marque Sothys.

**Contacts : 05 61 94 52 52
contact@thermes-luchon.fr**



LUZ-SAINT-SAUVEUR

(HAUTES-PYRÉNÉES)

LUZÉA

www.luzea.fr

Luzéa vous accueille dans un décor superbe fait de marbre, verre et mosaïques incrustées de pierres colorées. Entièrement dédié à votre bien-être, Luzéa mêle ainsi architecture néo-classique et modernité des infrastructures, tout en vous offrant la sensation magique de flotter entre terre et ciel.

Contacts : 05 62 92 81 58
thermes@luz.org



Un espace de balnéothérapie ouvert à tous, pour profiter en toute liberté de l'ensemble des installations : piscine, jacuzzi, sauna, hammam oriental, banquettes de marbre chauffantes (sauna et hammam réservés aux plus de 15 ans).



MOLITG-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

SPA THERMAL

www.chainethermale.fr/molitg-les-bains/forme-et-spa

Face aux neiges éternelles du Mont Canigou, un domaine exotique et méditerranéen. Surplombant le Lac de la Castellane, les Thermes de Molitg ouvrent sur 1 700 m² d'espace de soins à l'atmosphère douce et feutrée. Sa piscine panoramique est comme blottie dans une serre accrochée à la cime des arbres.

La première richesse de la station, c'est son précieux planceton thermal : utilisé en dermocosmétique, il présente d'étonnantes propriétés cicatrisantes, apaisantes et régénérantes sur l'épiderme.

Contacts : 04 68 05 44 40
molitglesbains@chainethermale.fr



RENNES-LES-BAINS (AUDE)

ESPACE FORME

<https://vital-aude.com>

Dans un cadre de verdure, cité thermale en haute vallée de l'Aude, la piscine extérieure d'eau thermique est naturellement chaude. Vous bénéficiez d'un accès au Spa dès l'achat d'une prestation de bien-être. La résidence de tourisme La Reine propose des studios meublés avec accès à la piscine, sauna, hammam et salle de sport avec ses équipements. Découvrez nos séjours de bien être, avec massages, modelages, soins esthétiques, sophrologie et réflexologie dans un environnement magnifique.

Contacts : 04 68 74 71 00
contact@thermes-renneslesbains.fr



SAINT-LARY SOULAN
(HAUTES-PYRÉNÉES)
SENSORIA RIO ET SPA THERMAL
VALVITAL
www.valvital.fr

Plongez dans un univers intime et chaleureux entre ombre et lumière. Vivez une expérience singulière de soin et de lâcher-prise, poussez la porte du Spa Thermal Valvital Saint Lary Soulan et laissez vos sens vous guider. Découvrez des soins prodigieux, des gestes intenses : les sens prennent le pas sur la pensée, et la connexion avec sa nature profonde opère. Réputée pour ses bienfaits, l'eau de Saint-Lary est une eau de source naturelle bicarbonatée calcique, faiblement minéralisée, elle est idéale pour se détendre grâce aux soins experts : bains hydromassants ou à microbulles, douches à affusion et hydrojet...

Contacts : 05 62 40 71 71
saintlary@valvital.fr

Été comme hiver, le Sensoria Rio vous permet de découvrir les joies des tourbillons et des geysers... Profitez des lits à bulles, des jets massants, des cols de cygnes et du jacuzzi face à un panorama exceptionnel. Profitez des 2 bassins extérieurs de 50 m² et 100 m² avec une vue imprenable sur les Pyrénées.



SALIES-DU-SALAT (HAUTE-GARONNE)
SALINEA SPA
<https://opyrenees.fr/saline-spa-thermal-salies-du-salat/>

Réputés pour leurs eaux riches en sel, le spa des Thermes de Salies-du-Salat combine quatre cabines de soins et un espace aquatique avec hammam, jacuzzi, sauna et salle de fitness. Chacun peut ici, dans cet environnement apaisé et luxueux, guidé par une équipe à l'écoute, élaborer sur mesure ses soins de bien-être (soins du visage, du corps, modelages, hypnose, réflexologie, shiatsu, watsu, yoga...).

Contacts : 05 62 01 50 90
accueil@salinea-spa.com

Dans un environnement apaisé et luxueux, le spa de Salies-du-salat combine à la fois un espace aquatique avec aqua-gym, aqua-bike, watsu, sauna, hammam, jacuzzi et détente dans une eau salée à 32° et un espace bien-être avec ses quatre cabines dont une double.



USSAT-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
REMISE EN FORME THERMALE
www.thermes-ussat.fr

À la carte, à la journée ou à la semaine, nous vous concocterons un programme sur-mesure parfaitement adapté à vos besoins. Le cadre et la composition unique de l'eau d'Ussat-les-Bains seront vos précieux alliés bien-être et sérénité.

Ses caractéristiques physico-chimiques sont uniques : sulfatée, calcique et magnésienne ; après une remontée de plus de 1000m, elle jaillit à 59°.

Contacts : 05 61 02 20 20
contact@thermes-ussat.fr



VERNET-LES-BAINS
(PYRÉNÉES-ORIENTALES)
ESPACE BIEN-ÊTRE
www.valvital.fr

Prolongez l'effet relaxant des soins thermaux dans notre spa thermal. Sauna, hammam, jacuzzi et piscine vous attendent pour un moment de relaxation au cœur des Pyrénées Orientales. Vous pourrez également bénéficier du savoir-faire de notre masseuse bien-être en vous faisant chouchouter avec un modelage, un massage ou un soin du visage. Vous pourrez également profiter d'animations, de séances d'aquagym deux fois par jour ainsi que d'un pot d'accueil chaque semaine en partenariat avec les forces vives de Vernet-les-Bains.

Contacts : 04 68 05 52 84
spa.vernet@valvital.fr





Vers Limoges

la-Gaillarde





www.occitanie-thermale.com



voyage-occitanie.com

SITE DE MONTPELLIER (SIÈGE)
64, rue Alcyone • CS 79507
F • 34960 Montpellier Cedex 2

SITE DE TOULOUSE
15, rue Rivals • CS 78543
F • 31685 Toulouse Cedex 6



PÔLE COMMUNICATION ET RAYONNEMENT - JANVIER 2025 - PHOTOS: CRT OCCITANIE - © G&C DESCHAMPS - © D. VIET - © P. THEBAULT - © PELUT CHARLENE - © ISTOCK - © ADOBE STOCK - © PATRICE THEBAUT - © THERMES AMÉLIE-LES-BAINS - © THERMES ARCELÈS-GAZOST - © THERMES AULUS-LES-BAINS - © STUDIOCHEVOJON - © THERMES AX-LES-THERMES - © THERMES BAGNÈRES-DE-BIGORRE - © LE STUDIO DE LA BÊTE - © THERMES BARBOTAN-LES-THERMES - © THERMES BARÈGES-BARZUN - © THERMES CAPVERN-LES-BAINS - © THERMES CASTERA-VERDUZA - © THERMES CAUTERETS - © THERMES CRANSAC - © THERMES LA CHALDETTE - © THERMES LA MALOU-LES-BAINS - © THERMES LA PRESTE-LES-BAINS - © THERMES LE BOULOU - © THERMES LECTOURE - © THERMES LES FUMADES - © THERMES LUCHON - © THERMES LUZ-SAUVÉUR - © THERMES MOLITC-LES-BAINS - © PATRICE THEBAUT - CRTL OCCITANIE - © THERMES RENNES-LES-BAINS - © JÉRÔME MONDIÈRE - © THERMES SAINT-LARY - © THERMES USSAT-LES-BAINS - © THERMES VERNET-LES-BAINS - © LE STUDIO DE LA BÊTE



Cofinancé par
l'Union européenne

