

# Thermes & Spa

Soin, Hospitalité, Bien-Être

**ACQS**  
AX-LES-THERMES

# | Sommaire

- p.4** Les eaux Thermales  
d'Ax-les-Thermes
- p.5** Thermalisme et santé
- p.6** Rhumatologie
- p.7** Voies respiratoires
- p.8** Les soins thermaux  
– **9** d'Ax-les-Thermes
- p.10** Je prépare  
– **13** ma cure thermale
- p.14** Les tarifs d'une cure  
thermale
- p.15** Les Mini Cures Aqua
- p.16** Séjour/Détente  
– **18** Résidence\*\*\*  
Le Grand Tétras
- p.18** Bulles et Beauté  
– **23** aux Bains du Couloubret

# l'Edito

**A**u cœur des Pyrénées ariégeoises, les thermes d'Ax-les-Thermes incarnent depuis des siècles un patrimoine et un savoir-faire d'exception.

Notre établissement, riche d'une tradition remontant au XIII<sup>e</sup> siècle, se distingue par la qualité de ses eaux, les plus chaudes des Pyrénées, jaillissant naturellement à 77°C.

Nos espaces thermaux sont conçus pour vous offrir le parcours de soins le plus agréable. Les thermes du Modèle, intégrés à la Résidence Le Grand Tétras\*\*\*, vous accueillent toute l'année avec leur Espace Détente exclusif, tandis que les Thermes du Teich ouvrent en période de forte fréquentation.

Cette configuration unique, associée à des studios tout équipés au cœur de la ville, offre une véritable bulle de bien-être optimisant les bienfaits de votre séjour.

Nous avons enrichi notre offre avec le développement de nos mini-cures Aqua qui associent l'expertise thermale traditionnelle à des technologies de pointe. Ces cures, d'une durée de 3 à 6 jours, incluent l'évaluation MASAK, un diagnostic scientifique de l'état physique et mental, pour une expérience véritablement sur mesure.

Notre spa thermal, les Bains du Couloubret, vous invite à un voyage sensoriel d'exception dans un cadre inspiré des thermes romains où nous vous proposons également une gamme complète de soins esthétiques et de massages.

Guidées par nos valeurs de soin, d'hospitalité et d'expertise, toutes nos équipes sont impatientes de vous accueillir pour faire de votre séjour à Ax-les-Thermes une parenthèse de ressourcement dans un cadre naturel et apaisant.

**Anne Chevalier**  
Directrice Générale d'ACQS



## Les eaux thermales d’Ax-les-Thermes

# Un patrimoine naturel et thérapeutique exceptionnel

**Depuis le XIIIe siècle, Ax-les-Thermes est reconnue comme une destination thermale d’exception.**

Ses sources chaudes et sulfurées, associées à un ensoleillement généreux, en font un lieu unique où l’eau joue un rôle central. Elle jaillit des nombreuses sources, coule dans les bassins et témoigne d’une tradition thermale séculaire.



### Une chaleur unique dans les Pyrénées

Les eaux thermales d’Ax-les-Thermes se distinguent par leur température élevée, la plus chaude des Pyrénées. Selon les forages, elles surgissent à des températures allant de 72°C à 77°C. Ces eaux sont aujourd’hui dirigées vers trois établissements phares de la station thermale : Les Thermes du Modèle, du Teich, et les Bains du Couloubret.

### Un voyage au cœur de la Terre

Ces eaux thermales trouvent leur origine dans les pluies tombées il y a près de 8 000 ans. Elles s’infiltrent dans les profondeurs du massif granitique, où elles se réchauffent progressivement au contact des roches. En remontant à la surface à travers des fissures naturelles, elles conservent leur chaleur et s’enrichissent en minéraux et en soufre, éléments essentiels à leurs bienfaits.

### Des propriétés thérapeutiques remarquables

La composition chimique des eaux d’Ax-les-Thermes en fait un véritable atout pour le bien-être et la santé. Leur richesse en soufre, essentiel pour l’organisme, leur confère des propriétés antalgiques et décongestionnantes. Ce soufre, libéré lentement dans les tissus, agit efficacement en rhumatologie pour soulager les douleurs et favoriser la cicatrisation. En cures pour voies respiratoires, il aide à fluidifier les muqueuses et renforce le système immunitaire.

De plus, une légère radioactivité naturelle apporte un effet anti-inflammatoire et sédatif, unique en son genre.

### Une tradition vivante

À Ax-les-Thermes, l’eau est bien plus qu’un élément naturel : elle est un héritage, une ressource précieuse qui continue d’enrichir le corps et l’esprit de ceux qui viennent s’y ressourcer.



## Thermalisme et santé :

# Une approche globale du bien-être

**Les eaux thermales d'Ax-les-Thermes se distinguent par leur efficacité dans deux domaines principaux : la rhumatologie et les affections des voies respiratoires.**

La station est agréée pour ces deux orientations thérapeutiques. Les cures thermales sont prescrites pour une durée de 18 jours consécutifs. Grâce à une double orientation, les patients peuvent être soignés simultanément pour les deux affections, optimisant ainsi les bienfaits de la cure.

### Des soins adaptés aux pathologies

Grâce à des techniques de soins spécifiques et aux actions combinées des différents actifs, les résultats sont optimisés.

Par exemple, les douches de vapeur dirigée soulagent efficacement les douleurs, les lavages des sinus offrent un effet décongestionnant grâce à la présence du soufre.

Ces eaux possèdent des propriétés antalgiques, antispasmodiques, cicatrisantes, décongestives, anti-allergiques.

### Les mini cures Aqua

**Bien-être et vitalité**

Au programme : un diagnostic MASAK personnalisé de votre état général au début et à la fin de votre séjour, 4 soins thermaux par jour, et des activités... et des activités variées avec la possibilité de séjourner à la Résidence \*\*\* Le Grand Tétrás équipée de thermes intégrés.

### Faire une cure en double orientation est-ce possible

Oui, car une pathologie est rarement isolée, il est possible aux Thermes d'Ax-les-Thermes de suivre une cure pour 2 orientations : Rhumatologie et voies respiratoires / ou voies respiratoires et rhumatologie



### Le thermalisme pour les enfants

Les Thermes d'Ax-les-Thermes accueillent les enfants dès l'âge de 3 ans accompagnés d'un adulte. Sur un organisme en pleine croissance, une cure aura un effet réellement curatif et empêchera bien souvent une pathologie de devenir chronique.

Le thermalisme est tout particulièrement indiqué pour traiter l'asthme, les otites en prévenant leur aggravation.

La cure est également pour les familles une occasion de partager des moments privilégiés et d'acquiescer des habitudes de vie plus saines.

### 2 lieux pour mieux vous accueillir

Nos cures ont lieu toute l'année aux Thermes du Modèle, situés aux 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> étage de la Résidence du Grand Tétrás. En période d'affluence, nous ouvrons les Thermes du Teich, pour pouvoir répondre à l'ensemble des demandes de cures.

# I Rhumatologie

## **Vous souhaitez diminuer vos douleurs, améliorer votre mobilité ?**

La cure en rhumatologie est tout particulièrement indiquée pour les pathologies chroniques. Son objectif est d'obtenir une amélioration durable, sur plusieurs mois, de la douleur, des capacités fonctionnelles et de la qualité de vie.

Elle permet également une diminution conséquente de la consommation d'antalgiques.



## **Comment soulager la douleur ?**

C'est l'une des priorités données à la cure thermale. Dans le cas de rhumatismes, il est très important de réduire les contractures, détendre les ligaments et diminuer la sensation de douleur avant d'effectuer des soins locaux ou des exercices de rééducation fonctionnelle. La chaleur naturelle des eaux a des vertus sédatives et antalgiques, apportant un confort immédiat et des améliorations durables.

## **Les pathologies les plus courantes traitées en rhumatologie à Ax-les-Thermes**

- **L'arthrose** : dans toutes ses formes douloureuses et invalidantes et dans toutes ses localisations (rachis, coxarthrose, gonarthrose, rhizarthrose et toute polyarthrose)
- **Névralgies et radiculalgies des membres** : sciatiques crurales et cervico-brachiales.
- **Rhumatismes inflammatoires** : polyarthrites rhumatoïdes, pelvispondylites rhumatismales (SPA). Les soins se pratiquent en dehors de toute poussée évolutive.
- **Rhumatismes abarticulaires** : périarthrites scapulo-humérales, pathologies tendineuses.
- **Arthropathies métaboliques** : goutte et chondrocalcinose. Les soins se pratiquent en dehors de toute poussée aiguë.
- **Fibromyalgies**
- **Traitement des séquelles de traumatismes** : ankyloses, algodystrophies, arthroses post-traumatiques.
- **Traitement des séquelles de traumatismes infectieux**

## **Contre-indications rhumatologie et ORL :**

tuberculose évolutive, néoplasies évolutives et insuffisances cardiaques décompensées, rhumatismes articulaires aigus, poussées aiguës, ostéomyélites, ostéites.

## **Les soins dispensés en rhumatologie**

### **Les soins sont adaptés aux différentes parties du corps, articulations, dos...**

Quasi-exclusivement externes, ils allient des actions mécaniques, chimiques et comportementales pour détendre et mobiliser les parties à traiter.

- Étuve locale ou générale
- Cure de boisson
- Bain en piscine
- Bain en baignoire
- Bain avec aérobains
- Bain avec douche en immersion
- Radiovaporarium
- Douche générale
- Douche générale au jet
- Douche de forte pression sous immersion en piscine

### **Soins spécifiques à Ax-les-Thermes**

- Douche de vapeur locale ou dirigée

### **Soins dispensés par un kinésithérapeute DE**

- Massage sous rampe d'eau thermale
- Mobilisation en piscine

**Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant.**

# Voies respiratoires

**L'air pur d'Ax-les-Thermes, des eaux hyperthermales (de 72 à 77°C) riches en soufre, des soins thermaux dédiés, vous aideront à soulager vos pathologies respiratoires.**

Les stations thermales agréées pour les pathologies respiratoires sont souvent situées dans des régions privilégiées qui ont naturellement un taux d'asthmatiques minime voire nul. Les eaux, les soins, le climat forment une synergie très efficace.

La cure est indiquée en remplacement ou complément des traitements classiques. C'est une période idéale pour suivre des soins de rééducation et de kinésithérapie complémentaires.

Un curiste sur trois est un enfant, il bénéficie en plus des soins, d'un apprentissage de règles d'hygiène simple : abandon du reniflement, mouchage correct, lavage des fosses nasales, ...

## Les soins dispensés des voies respiratoires

**Les soins ont pour but de mettre en contact les eaux et les muqueuses sensibilisées.**

Leur action permet une hygiène locale, une meilleure oxygénation des tissus et un renforcement des défenses immunitaires.

- Bain avec aérobains
- Cure de boisson
- Bain nasal à la pipette et irrigation nasale
- Douche générale
- Gargarisme, pulvérisation pharyngée
- Humage et nébulisation
- Aérosol, aérosol sonore, aérosol manosonique
- Douche Tivoli
- Radiovaporarium

### Soins dispensés par un médecin

- Douche pharyngienne
- Lavage des sinus par la méthode de déplacement de Proëtz
- Insufflation tubotympanique

### Soins dispensés par un kinésithérapeute DE

- Drainage postural en chambre individuelle
- Rééducation respiratoire collective

## Les pathologies les plus courantes traitées des voies respiratoires

- **Nez** : rhinites chroniques, hypertrophiques ou atrophiques, mucopurulentes ou allergiques, rhinopharyngites chroniques ou à répétition, sinusites chroniques ou à répétition.
- **Gorge** : pharyngites chroniques, amygdalites et angines à répétition, laryngites chroniques.
- **Oreilles** : catarrhes tubaires et otites séreuses, otites à répétition, otites suppurées chroniques, surdité de l'oreille moyenne.
- **Bronches** : bronchites chroniques, trachéobronchites et trachéites, asthme infectieux, dilatation bronchique.
- **Pré et post-opératoire** : tympanoplasties, rhinoplasties, amygdalectomies.



# Les soins thermaux d'Ax-les-Thermes

## Les soins spécifiques à la rhumatologie : une expertise au service de votre bien-être

Découvrez une gamme complète de soins spécialement conçus pour soulager les douleurs, améliorer la mobilité et favoriser la détente.

Grâce à la richesse des eaux thermales d'Ax-les-Thermes et aux techniques avancées de soins, chaque étape de votre traitement est une expérience de relaxation et de renouveau.

### Bain

L'immersion dans un bain d'eau thermale offre un effet antalgique, myorelaxant et décontractant. Il s'agit d'un soin relaxant qui agit sur les tensions musculaires et améliore la circulation sanguine grâce à ses propriétés sédatives et vasodilatatrices.



### Bain avec aérobains

Ce soin combine un bain général et une diffusion d'air pulsé par des orifices situés au fond de la baignoire. L'effet est un massage doux et physiologique, idéal pour réduire les contractures, diminuer l'ankylose articulaire et favoriser la récupération après un traumatisme ostéo-articulaire ou une arthrose.

### Bain avec douche en immersion

Un léger massage est appliqué aux zones douloureuses (nuque, dos, hanches, jambes) grâce à des jets d'eau thermale. Ce soin est parfait pour cibler précisément les zones sensibles.

### Douche générale et au jet

Ces douches procurent un effet vasodilatateur et décontractant, notamment sur les masses musculaires paravertébrales. Les douches au jet, administrées à distance variable, ajoutent un effet de percussion pour une relaxation profonde.

### Douche sous immersion en piscine

Grâce à des jets situés dans la piscine thermale, ce soin combine douceur et efficacité. Idéal pour les douleurs au dos, aux épaules ou aux articulations (coudes, genoux), il offre un massage antalgique et décontractant.

### Étuvage local et général

Les étuves diffusent de la vapeur d'eau thermale à une température de 45°C. Que ce soit pour les mains, les pieds ou en cabine individuelle, ce soin favorise la vasodilatation et soulage efficacement les douleurs liées à l'arthrose.

### Douche de vapeur locale ou dirigée

Avec une température élevée, ces douches ciblées stimulent la circulation, soulagent les douleurs et facilitent l'absorption des actifs présents dans l'eau thermale.

### Massage sous l'eau

Pratiqué par un kinésithérapeute, ce massage est effectué sous une fine douche d'eau thermale à 37°C. Il procure une relaxation musculaire intense, soulage les articulations douloureuses et agit comme un véritable antalgique.

### Mobilisation en piscine

Sous la supervision d'un kinésithérapeute, des exercices de rééducation fonctionnelle sont réalisés en piscine thermale. L'eau chaude permet des mouvements amples et fluides, soulageant les douleurs tout en améliorant la souplesse et l'équilibre. Cette méthode est idéale pour traiter les rhumatismes et récupérer après un traumatisme.

### Radiovaporarium

Ce soin unique consiste à humer les vapeurs d'eau sulfurée sodique hyperthermale en salle commune. Particulièrement indiqué pour les affections ORL, il allie bienfaits respiratoires et apaisement général.

## Les soins spécifiques aux voies respiratoires : une solution naturelle et efficace

Les soins des voies respiratoires d'Ax-les-Thermes utilisent les propriétés uniques de l'eau thermale pour apaiser, traiter et revitaliser les muqueuses respiratoires.

Grâce à des techniques avancées, les principes actifs de l'eau sont appliqués directement sur les zones à traiter, pour des résultats optimaux.



### Bain nasal à la pipette

Ce soin nettoie et traite les fosses nasales et le cavum en douceur. Grâce à une application sans pression via une pipette, il assure un contact direct et efficace avec l'eau thermale.

### Cure de boisson

Disponible à la buvette, ce soin permet un apport massif de sels minéraux et d'oligo-éléments pour revitaliser l'organisme en profondeur. Une solution idéale pour bénéficier des bienfaits de l'eau thermale de l'intérieur.

### Irrigation nasale

En faisant passer ½ à 1 litre d'eau thermale d'une narine à l'autre, ce soin nettoie en profondeur les muqueuses encombrées. Il est particulièrement adapté aux fosses nasales de grand volume et aux patients avec des sécrétions importantes.

### Gargarisme

Accessible dès l'âge de cinq ans, ce soin nettoie la région oropharyngée et imprègne les muqueuses amygdaliennes. Un geste simple mais efficace pour améliorer le confort respiratoire.

### Pulvérisation pharyngée

Ce soin projette un jet d'eau en fines gouttelettes pour nettoyer la muqueuse oropharyngée. Son effet antalgique soulage rapidement les zones sensibles.

### Nébulisation/Humage

À l'aide d'un embout individuel, le patient inhale une fine pulvérisation d'eau thermale. Cette méthode agit en profondeur sur la muqueuse jusqu'au pharyngo-larynx, pour une action détergente et apaisante.

### Aérosol, aérosol sonique, aérosol mano-sonique

La fragmentation très fine de l'eau thermale permet une pénétration profonde jusqu'aux alvéoles pulmonaires. Les vibrations soniques améliorent encore davantage la dispersion et l'efficacité du soin.

### Douche pharyngienne

Réalisée par un médecin, cette technique nettoie et imprègne la muqueuse oropharyngée tout en ciblant les zones les plus atteintes. Elle procure un effet antalgique immédiat.

### Drainage postural en chambre individuelle

Avec l'aide d'un kinésithérapeute diplômé, ce soin utilise des techniques de rééducation respiratoire pour faciliter l'évacuation des mucosités. Il améliore considérablement l'aisance respiratoire et offre un soulagement durable.

### Insufflation tubotympanique

Spécifiquement conçue pour les affections de l'oreille, cette technique, réalisée par un médecin, associe une action mécanique et biologique. Elle désobstrue la trompe d'Eustache tout en profitant des bienfaits des composés volatiles de l'eau thermale.

### Lavage des sinus par la méthode de Proëtz

Sous la supervision d'un médecin ORL, ce soin nettoie en profondeur les sinus à l'aide d'une injection et aspiration d'eau thermale isotonique. L'action asséchante et cautérisante du soufre assure des résultats remarquables.

### Rééducation respiratoire collective

Encadrée par un kinésithérapeute, cette rééducation améliore les capacités respiratoires grâce à des exercices spécifiques. Un travail sur le diaphragme et des techniques adaptées permettent de compenser les déficits fonctionnels pour un souffle retrouvé.

# Je prépare ma cure thermale

**Une cure thermale est un acte médical. Pour donner lieu à un remboursement, elle doit obligatoirement être prescrite par un médecin et être de 18 jours de soins effectifs et consécutifs (pas de soins le dimanche).**

Je conserve soigneusement ma prise en charge. Elle me sera indispensable lors de mon arrivée aux Thermes.

Si je ne l'ai pas reçue avant mon départ en cure, je contacte ma caisse d'affiliation. Sans cette prise en charge, je me verrai contraint d'effectuer le paiement intégral des frais de cure et de surveillance médicale.

## PRESCRIPTION ET PRISE EN CHARGE :

tout ce qu'il faut savoir pour votre cure thermale

- 1. Mon médecin référent**, s'il juge que la cure est nécessaire, remplit un questionnaire de prise en charge fourni par les caisses primaires d'assurance maladie en indiquant :
  - soit une orientation thérapeutique simple : Rhumatologie (RH) ou ORL/Voies Respiratoires (VR),
  - une double orientation (RH/VR ou VR/RH).

- 2. Une fois rempli**, je l'envoie à ma caisse d'affiliation, accompagné de ma déclaration de ressources.

En retour, je reçois un document clé intitulé : « Prise en charge administrative de cure thermale et facturation »

Ce document se divise en :

- un volet pour le médecin thermal,
- un volet pour les Thermes d'Ax-les-Thermes,
- et un dernier volet concernant les frais de voyage et de séjour (sous conditions de ressources).

## À SAVOIR

**Je peux réserver ma cure sans attendre le retour de ma prise en charge.**

- 3. Je m'assure que ma prise en charge est bien valide dès sa réception.**

Elle doit mentionner :

- mon nom et prénom,
- ma destination « Ax-les-Thermes »,
- ma (ou mes) orientation(s) thérapeutique(s),
- les cachets et/ou signatures nécessaires,
- l'année de validité de la prise en charge

**À SAVOIR :** Un accord de prise en charge est valable pour l'année civile en cours. Cependant, si l'accord est obtenu en octobre ou novembre, sa validité s'étend jusqu'au 31 mars de l'année suivante. Pour un accord délivré en décembre, la validité est étendue à toute l'année civile suivante. En cas de doute, je contacte ma caisse pour confirmation.

### Ce que la Sécurité Sociale prend en charge

Pour les assurés sociaux du régime général :

- 70 % des honoraires médicaux de surveillance thermale (pas de tiers payant).
- 65 % du coût de la cure thermale (ou 100 % si je suis exonéré du ticket modérateur).

### Si mes ressources sont inférieures à un plafond fixé chaque année par la Sécurité Sociale :

- 65 % des frais de séjour me sont remboursés (ou 100 % si je suis exonéré du ticket modérateur).
- 65 % des frais de transport (ou 100 %) sont également pris en charge, calculés sur la base d'un billet SNCF aller-retour en 2<sup>ème</sup> classe, même si je choisis de voyager en voiture.

## LA RÉSERVATION DE MA CURE :

une étape clé pour préparer mon séjour

1. Je remplis avec soin ma fiche de réservation.
2. J'envoie ma fiche le plus rapidement possible, car les plannings sont ouverts un an à l'avance. J'accompagne cet envoi d'un chèque d'acompte de 80 € à l'ordre de la STAX.

Ma réservation ne sera validée que si elle est accompagnée d'un acompte de 80 €, qui sera déduit de la somme à régler à mon arrivée. Si je bénéficie d'une prise en charge à 100 % ou en cas d'accident du travail, cet acompte n'est pas requis.

3. Je reçois une confirmation des Thermes, indiquant les dates de ma cure et la tranche horaire de début de mes soins. Ce document est indispensable pour mon arrivée.
4. Je prends rendez-vous avec le médecin thermal de mon choix à Ax-les-Thermes dès réception de ma confirmation. C'est ce médecin qui me prescrira mes soins, adaptés à mes besoins et à mes éventuelles contre-indications.

**À NOTER** Le rendez-vous avec le médecin thermal doit avoir lieu avant le début de mes soins (la veille, par exemple), car l'ordonnance médicale est indispensable pour démarrer ma cure.

## ANNULATION

Si une force majeure m'empêche d'effectuer ma cure, je préviens les Thermes d'Ax-les-Thermes dès que possible (par téléphone ou par mail). J'envoie également, avant la date prévue de début de cure, un courrier accompagné de ma confirmation de réservation et d'un certificat médical (ou autre document) justifiant l'annulation. Dans ce cas, mon acompte sera intégralement remboursé. Je pense également à annuler mon rendez-vous chez le médecin.

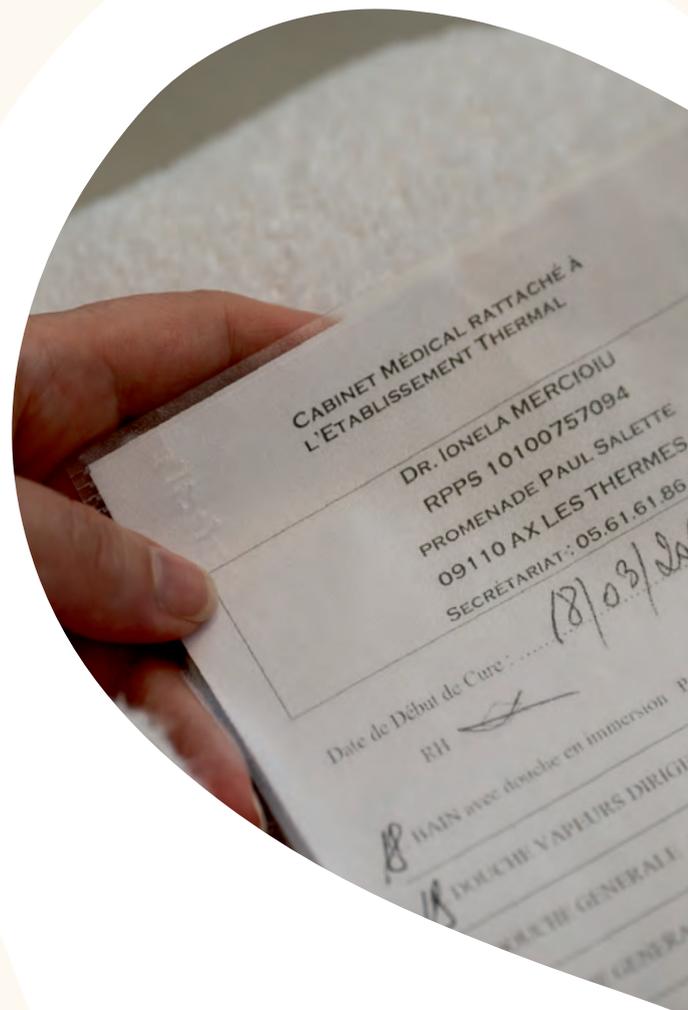
## INFORMATIONS PRATIQUES :

### Horaires de l'accueil thermal :

- Lundi, mardi, mercredi et vendredi : de 8h à 12h et de 13h30 à 16h45
- Jeudi : de 8h à 12h et de 13h30 à 16h30

### Réserver mon hébergement :

- À La Résidence Le Grand Tétras avec les Thermes du Modèle intégrés : 05 61 65 86 00
- Pour d'autres options, je contacte l'Office de Tourisme d'Ax-les-Thermes : 05 61 64 60 60



## Je prépare ma cure thermale

### LA DURÉE DES SOINS

**Elle varie selon  
la prescription médicale.  
Il faut compter  
entre 2h et 2h30  
de traitement par jour  
(hors temps de repos).**



## JE PRÉPARE MES BAGAGES : l'essentiel pour une cure réussie

### Ne pas oublier tous les points suivants :

- L'accord officiel de prise en charge de ma cure délivré par ma caisse d'affiliation
- Mon attestation d'affiliation à la Sécurité Sociale
- Ma confirmation écrite de réservation, envoyée par les Thermes.
- Mon dossier médical complet :
  - Carnet de santé
  - Radios
  - Examens
  - Lettre de mon médecin traitant

**Ces documents sont essentiels pour permettre au médecin thermal de concevoir une ordonnance parfaitement adaptée à mes besoins.**

- Mon dossier d'hébergement
- Mes indispensables pour profiter pleinement des soins :
  - Maillot de bain
  - Claquettes antidérapantes et réservées exclusivement à l'usage des soins
  - Bonnet de bain (obligatoire pour les soins collectifs de balnéothérapie)
  - Éventuellement, appareils ORL

**ASTUCE PRATIQUE :** tous ces articles sont disponibles à la vente directement sur place si nécessaire.



### Médecin

Si le médecin choisi est rattaché aux Thermes alors le secrétariat thermal planifiera vos consultations. Celles-ci seront notifiées sur votre planning de cure.

Si le médecin exerce hors de notre central thermal, il vous appartient de planifier votre rendez-vous.

**À savoir :** Pour tout litige ne concernant pas un service de santé, le Médiateur du thermalisme peut être saisi sur le site [www.mediateurduthermalisme.org](http://www.mediateurduthermalisme.org) ou par voie postale à l'adresse suivante :

Monsieur Daniel BOULIN- Médiateur du thermalisme  
113 route de Moliets - 40140 AZUR



## Il est conseillé

aux curistes sous traitement médical, de venir en cure munis de leurs médicaments et éventuellement de l'ordonnance du médecin traitant pour leur renouvellement

## Tenues de bain autorisées

### Femme

maillot de bain  
1 pièce  
ou 2 pièces

### Homme

Slip de bain  
ou boxer de bain  
court (mi-cuisse)

## MON 1ER JOUR DE CURE :

une journée dédiée  
à mon bien-être

### 1. Je débute ma journée par un rendez-vous avec mon médecin thermal.

Mon dossier médical et mon accord de prise en charge seront indispensables.

### 2. Après ma visite médicale, je me rends à l'établissement thermal.

L'hôtesse d'accueil, après validation de mon ordonnance, me guide pour démarrer mes soins et m'informe de mon rendez-vous pour finaliser mon dossier d'inscription.

### 3. Lors de ce rendez-vous, je complète mon dossier et règle ma cure :

- Si ma prise en charge est à 65%, je ne paie que les 35% restants ainsi que le complément tarifaire.
- Si ma prise en charge est à 100 %, seul le complément tarifaire sera demandé.

**NB :** Les bénéficiaires de la C.S.S. (Complémentaire Santé Solidaire, ex CMU-C et ACS) sont exonérés de ce complément. Une attestation valide sera exigée à l'arrivée.

### 4. Un calendrier personnalisé me sera remis, indiquant tous mes horaires de soins.

Je présente ce calendrier chaque jour à l'hôtesse d'accueil, qui le tamponnera avant que je n'accède aux différents services de soins.

## RECOMMANDATIONS DIVERSES :

profitez de votre cure en toute sérénité

- L'établissement thermal décline toute responsabilité **en cas de pertes, casses ou vols**. Nous vous recommandons vivement de n'apporter que le strict minimum lors de vos soins.
- Pour des raisons de sécurité, **les cabas et sacs volumineux** ne sont pas autorisés dans l'établissement thermal.
- **Les peignoirs et serviettes** fournis par les Thermes sont à restituer après usage.
- Merci de **désactiver votre téléphone** portable pendant les soins, pour garantir un environnement calme et relaxant.
- Si vous portez des **lunettes ou appareils auditifs**, pensez à prévoir une pochette ou un étui rigide pour les protéger.
- Apportez des **sandaes antidérapantes** dédiées exclusivement à vos soins pour circuler en toute sécurité.
- Avant de restituer votre peignoir, **vérifiez soigneusement les poches** à la sortie des soins pour éviter tout oubli.

### Par mesure d'hygiène, il est strictement interdit :

- de fumer dans tout l'établissement thermal,
- d'introduire des denrées alimentaires,
- de circuler avec des chaussures de ville dans les unités de soin..

**IMPORTANT :** Si vous avez une coupure ou une plaie, informez votre médecin thermal sans tarder afin qu'il vous donne les recommandations adaptées dans le cadre des soins collectifs.

Pour le bien-être et le respect de tous, nous vous remercions de suivre ces recommandations avec attention. Nous vous souhaitons un agréable séjour thermal à Ax-les-Thermes.

## L'ATTESTATION DE FIN DE CURE :

un document essentiel

Le dernier jour de ma cure, au 18<sup>e</sup> jour, je récupère mon attestation de fin de cure directement à l'accueil des thermes. Ce document est indispensable pour effectuer ma demande de remboursement auprès de ma mutuelle.

# Quel est le tarif d'une cure thermale conventionnée de 18 jours à Ax-les-Thermes ?



## Tarifs en cours au 4 mai 2024.

Tarifs donnés à titre indicatif.

Ils sont susceptibles d'évoluer sous décret public.

## N'hésitez pas à vous rapprocher

de votre mutuelle afin de savoir si elle prend en charge ce complément tarifaire.

FORFAITS DE BASE (CURE COMPLÈTE) FORFAITS RHUMATOLOGIE	TARIF FORFAITAIRE DE RESPONSABILITÉ FAISANT L'OBJET D'UNE PRISE EN CHARGE	+ COMPLÉMENT TARIFAIRE* PRIX TTC	SOIT TOTAL TTC
RH1 Cure de boisson + 72 soins	574,51 €	103,51 €	678,02 €
RH2 Cure de boisson+ 54 soins + supplément Kinésithérapie (non compris)	459,55 €	82,78 €	542,33 €
RH3 Cure de boisson+ 63 soins + supplément Kinésithérapie (non compris)	536,14 €	96,79 €	632,93 €
FORFAITS ORL/VOIES RESPIRATOIRES			
VR1 Cure de boisson + 108 soins	506,36 €	91,23 €	597,59 €
VR2 Cure de boisson + 90 soins + supplément Kinésithérapie (non compris)	415,10 €	74,78 €	489,88 €
VR3 Cure de boisson + 99 soins + supplément Kinésithérapie (non compris)	456,60 €	82,27 €	538,87 €
Suppléments Kinésithérapie			
9 séances collectives	47,83 €	8,61 €	56,44 €
9 séances individuelles	118,97 €	21,44 €	140,41 €
18 séances collectives	95,23 €	17,16 €	112,39 €
FORFAITS 2 <sup>ÈME</sup> ORIENTATION			
Rhumatologie 36 soins supplémentaires à la 1 <sup>ère</sup> réorientation ORL/Voies Respiratoires	287,19 €	51,75 €	339,00 €
Voies Respiratoires 54 soins supplémentaires à la 1 <sup>ère</sup> orientation Rhumatologie	253,18 €	45,61 €	299,79 €

## IMPORTANT :

- Lorsque la cure thermale est interrompue ou incomplète, le remboursement des différentes prestations ne peut être effectué par la caisse du lieu de cure. L'assuré est tenu de régler directement l'établissement thermal (pas de tiers payant). L'assuré s'adresse ensuite à son centre de paiement habituel qui est le seul compétent pour procéder éventuellement au remboursement

prorata temporis de la cure et ce uniquement en cas de force majeure.

- Les journées d'absence pour raisons personnelles ne peuvent être remboursées.
- Les frais de cure non pris en charge par le tiers payant sont payables le premier jour de la cure.
- La facture/attestation de fin de cure est remise le dernier jour de la cure.

- Les honoraires du médecin ne sont pas compris et doivent être acquittés directement auprès de lui.
- Peignoir et serviette vous sont fournis quotidiennement par les Thermes. Les accessoires de cure (sandalettes, bonnet de bain, appareil ORL individuel...) vous sont vendus à l'accueil des Thermes.
- Les prix sont TTC (service compris).

# I Les Mini Cures Aqua

## Aqua Boost - Aqua Respire - Aqua Detox

**Une cure de courte durée est la formule idéale pour prolonger les bienfaits d'une cure conventionnée, faire découvrir à la personne qui vous accompagne les bienfaits des soins thermaux, ou, tout simplement, prendre un moment pour soi et son bien-être.**



### IMPORTANT :

**POUR TOUTES LES MINI CURES AQUA ET LES SOINS À LA CARTE :**

Réservation obligatoire (pas de soins le dimanche)

Pas de prise en charge par les organismes sociaux

Hébergement possible à la Résidence Le Grand Tétras

Les accessoires sont à usage individuel (en vente sur place)

Un soin non utilisé ne fait pas l'objet d'une déduction tarifaire

**VOUS DEVEZ NOUS FOURNIR OBLIGATOIREMENT**

un certificat médical de non contre-indication aux soins proposés dans ces forfaits, certificat délivré par votre médecin traitant ou par un médecin de la station avec lequel vous aurez pris rendez-vous et vu préalablement à votre début de cure (honoraires en sus à acquitter directement auprès du médecin).

Les cures Aqua associent l'expertise thermale à une technologie de pointe pour vous offrir une expérience de bien-être global.

Au cœur du programme : l'évaluation MASAK (Mental And Stress Assessment Kit), un outil scientifique développé par le Pr Christophe Hausswirth, qui permet un diagnostic personnalisé de votre état physique et mental. D'une durée de 3 à 6 jours, trois cures spécialisées répondent à vos besoins :

\* Aqua Detox : purification et détoxification

\* Aqua Respire : bien-être respiratoire

\* Aqua Boost : vitalité et énergie

En dehors des moments de soins, vous avez accès à l'espace détente ou vous pourrez profiter de moments de pure relaxation entre piscine, jacuzzis bouillonnants, hammam enveloppant et sauna bienfaisant. Et faire connaissance de Milo notre bras massEUR robotisé.

Nous pouvons également vous héberger pendant votre cure à la Résidence du Grand Tétras.

### Détail des soins

#### Aqua Boost

4 soins thermaux par jour :

- 1 bain avec douche en immersion
- 1 vaporarium
- 1 douche vapeur
- 1 étuve locale

#### Aqua Respire

4 soins par jour :

- 1 vaporarium
- 1 nébulisation
- 1 humage individuel
- 1 aérosol sonore

#### Aqua Detox

4 soins thermaux par jour :

- 1 vaporarium
- 1 douche à jets
- 1 drainage
- 1 bain avec douche en immersion

### Carte de soins complète

- Aérosol individuel
- Aérosol manosonique
- Aérosol sonore
- Bain
- Bain aérobain
- Bain avec douche en immersion
- Bain nasal
- Douche générale
- Douche au jet
- Douche de vapeur
- Douche immersion piscine DIP
- Drainage postural chambre indiv
- Etuve générale
- Etuve locale
- Gargarisme
- Humage individuel
- Humage nébulisation
- Irrigation nasale
- Massage sous l'eau
- Piscine de mobilisation
- Puivérisation
- Radio vaporarium
- Rééducation respiratoire collective

## Séjour / Détente

# La Résidence\*\*\* Le Grand Tétras

**Idéalement située au cœur du centre-ville d'Ax-les-Thermes notre résidence de tourisme vous propose une offre unique à Ax-les-Thermes : 53 studios Confort et Grand Confort équipés, avec Espace Détente et soins bien-être dans notre espace thermal intégré.**

Que vous soyez curiste ou touriste, la résidence Le Grand Tétras vous accueille toute l'année avec un service chaleureux et personnalisé.

Entre cures thermales, randonnées, ski et activités de loisirs, l'équipe de la Résidence se plie en quatre pour créer un séjour qui correspond parfaitement à vos attentes.

### L'Espace **Détente**

Au 4<sup>ème</sup> étage de la Résidence, découvrez l'Espace Détente exclusivement réservé à nos résidents, curistes et aux participants des mini-cures. Profitez de moments de pure relaxation entre piscine, jacuzzis bouillonnants, hammam enveloppant et sauna aux senteurs boisées.

Vous pouvez également vous faire masser par Milo notre bras massateur robotisé.

Cet espace peut être privatisé pour vos événements sur demande.

### Services à la carte : personnalisez votre séjour

- Lingerie
- Ménage
- Petits-déjeuners gourmands
- à la demande

### Nos Studios Confort

**(24 m<sup>2</sup>) :**

idéal pour un séjour à deux

**Parfait pour 2 personnes, ces studios offrent :**

- 2 lits confortables de 90 cm,
- Une TV écran plat avec Canal+ pour vos moments de détente,
- Un coin cuisine et repas entièrement équipé : micro-ondes combi-four, vaisselle, grille-pain, cafetière Senseo, plaques vitrocéramiques...
- Une salle de bain moderne avec douche, sèche-cheveux et toilettes,
- De grandes penderies pour ranger vos affaires en toute simplicité,
- Une large baie vitrée ouvrant sur un balcon pour profiter de la lumière et de l'air frais.

**À SAVOIR :** Les studios aménagés pour les personnes à mobilité réduite disposent en plus d'une salle de bain avec douche à l'italienne et de toilettes adaptées pour un confort optimal.

### Nos Studios Grand Confort

**(38 m<sup>2</sup>)**

parfait pour 4 personnes

**Ces studios spacieux et bien équipés sont parfaits pour accueillir jusqu'à 4 personnes :**

- 2 lits de 90 cm pour un sommeil réparateur,
- Un agréable séjour avec un canapé convertible offrant un couchage supplémentaire pour 2 personnes,
- Une TV écran plat avec Canal+,
- Un coin cuisine et repas entièrement équipé : micro-ondes combi-four, vaisselle, grille-pain, cafetière Senseo, plaques vitrocéramiques...
- Une salle de bain bien pensée, avec douche, sèche-cheveux et toilettes,
- De grandes penderies pour un rangement pratique,
- Une large baie vitrée et un balcon pour savourer la vue et la lumière naturelle.



### Les plus : tout pour un séjour confortable et serein

- Accueil 24h/24 avec veilleur de nuit pour votre tranquillité.
- Lits prêts à votre arrivée, pour un début de séjour sans souci.
- Fourniture complète : couette, draps, serviettes, et kit de ménage.
- Connexion Wifi incluse dans tous les espaces.
- Salon de détente et de lecture avec un grand écran plat et Canal+, pour des moments de relaxation.
- Casiers à ski pratiques, idéaux pour les amateurs de glisse.

**Pour réserver votre hébergement  
à la Résidence Le Grand Tétrás :**

 **05 61 65 86 00**

**ou [www.acqs.com/la-residence/](http://www.acqs.com/la-residence/)**

# Résidence Le Grand Tétras \*\*\*

## Tarifs des séjours et nuitées

### FORFAITS CURISTE

Cure de 20 Nuits	BS	HS
Confort	1 075 €	1 255 €
Grand Confort 1 à 2 pers.	1 356 €	1 557 €
Grand Confort 3 pers.	1 521 €	1 723 €
Grand Confort 4 pers.	1 688 €	1 889 €

Séjour seul : Avec accès libre à l'Espace Détente inclus

### SÉJOUR SEUL

Nuitées	BS	HS
Confort	112 €	131 €
Grand Confort 1 à 2 pers.	128 €	153 €
Grand Confort 3 pers.	149 €	174 €
Grand Confort 4 pers.	170 €	195 €

### LES SUPPLÉMENTS DE LA RÉSIDENCE

#### Animal de compagnie

nuit > 22 € / semaine > 48 € / forfait 3 semaines > 95 €

#### Mais aussi

Lit à l'italienne	16€	Tongs	3,50 €
Location peignoir nuit	3,90€	Ménage Confort	90 €
Location peignoir semaine	17€	Ménage Grand Confort	106€
Laverie 2 jetons	12€	Forfait ménage Confort	135 €
1 jeton	7 €	Forfait ménage Grand Confort	160 €
Dosettes	2,80€		
Petit déjeuner	12,50€		



### Informations pratiques

#### Les services de la résidence : pour un séjour sans soucis

- Accueil disponible 24h/24 et 7j/7 pour répondre à vos besoins.
- Salon de détente chaleureux, avec bibliothèque, télévision grand écran et Canal+.
- Linge de toilette et de couchage fourni à votre arrivée.
- Kit de ménage inclus pour faciliter votre séjour.
- Connexion WIFI gratuite et accessible partout.
- Lit bébé offert sur demande (à signaler à la réservation).
- Prêt de matériel pratique : table, fer à repasser, bouilloire.
- Prêt de jeux de société pour des moments conviviaux.

#### Chèques-vacances :

La résidence est agréée par l'Agence Nationale pour les chèques-vacances. Nous les acceptons pour le règlement de nos prestations locatives.

#### Parking :

- Pas de parking privé, mais des parkings gratuits à proximité pour votre confort.
- Tarifs préférentiels pour l'accès aux Bains du Couloubret.

#### Conditions générales de location :

- Vous pouvez consulter nos conditions générales directement sur notre site : [www.residence-ax.com](http://www.residence-ax.com) ou nous contacter au 05 61 65 86 00 pour plus d'informations

TARIFS DONNÉS À TITRE INDICATIF

# I Bulles et Beauté aux Bains du Couloubret

**Offrez-vous un voyage au cœur du bien-être et de la détente, dans un cadre unique inspiré des anciens thermes romains. Ici, l'eau thermale chaude et naturelle, aux propriétés particulièrement relaxantes, coule entre 33° et 38°, selon les différents bassins.**

## Un espace unique pour une relaxation totale :

Au rez-de-chaussée, découvrez un impressionnant bassin central de 200 m<sup>2</sup>, entouré de colonnades élégantes et agrémenté de jeux d'eau ludiques et apaisants : geysers, cols de cygne, buses d'hydromassage et bouillonnements.

Explorez les bains traditionnels romains :

- Le Frigidarium, un bain tonifiant d'eau froide à 15°.
- Le Caldarium, un bain d'eau chaude à 38° pour une relaxation profonde.
- Le Vaporarium, un espace de vapeur naturelle d'eau thermale, idéal pour décompresser.

## A l'étage, un espace réservé aux plus de 16 ans :

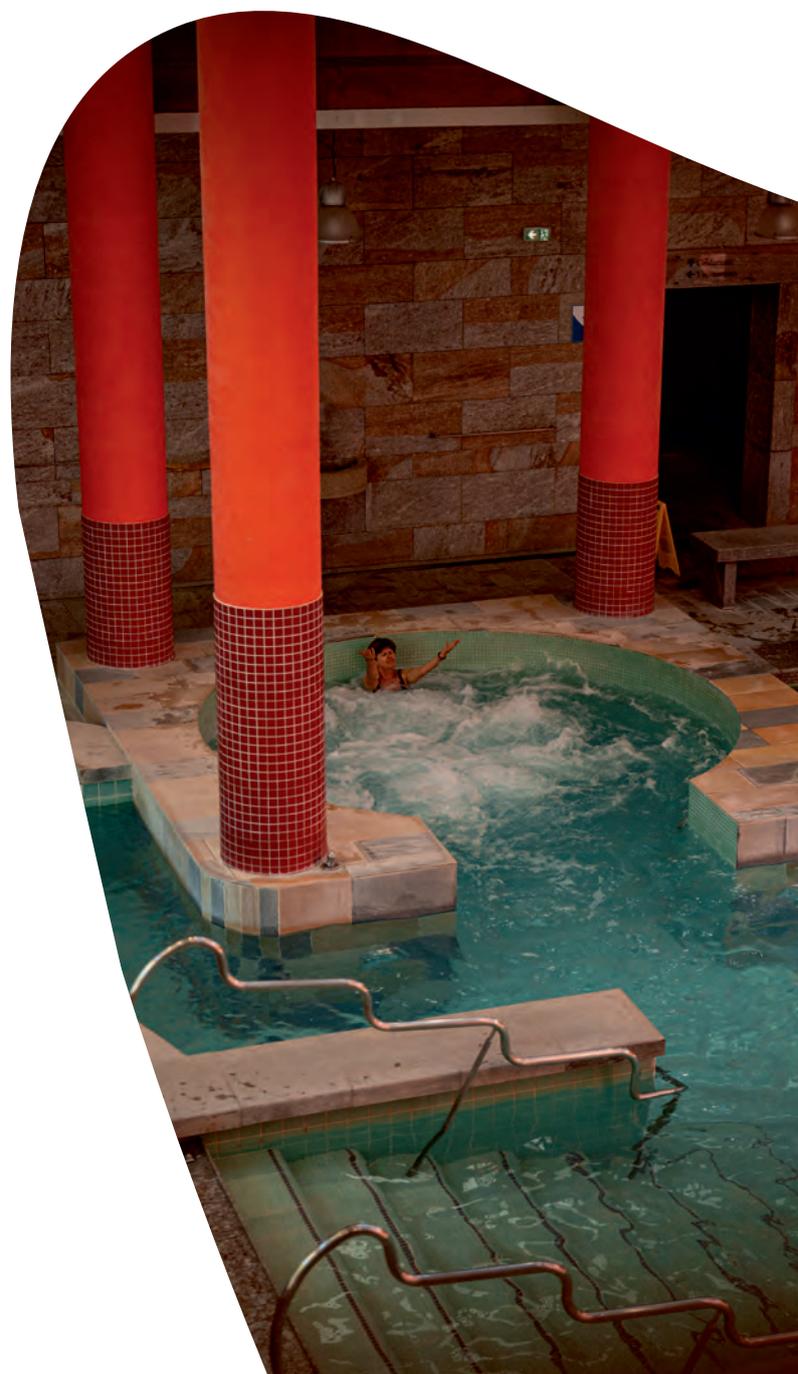
- Le Bain Irlandais-Romain, avec ses banquettes bouillonnantes, promet une immersion dans le luxe et la sérénité.
- L'Espace Nordique, où la chaleur sèche du sauna contraste avec les douches glacées pour une sensation revigorante incomparable.
- L'Espace Oriental, dédié aux rituels apaisants du hammam, dans une atmosphère chaude et humide propice à la relaxation totale.

## A l'extérieur, laissez-vous émerveiller par deux bassins d'exception sur deux niveaux :

- L'Amphithéâtre, avec ses nombreux jeux d'eau : contre-courant, geysers, jets massants, cols de cygne et bouillonnements. Bordé de gradins, cet espace invite à la détente entre deux bains.
- Le Panoramique, équipé de jets massants et de cols de cygne, offre une vue imprenable depuis sa terrasse solarium aménagée, idéale pour admirer la montagne environnante.

## Prolongez l'expérience dans l'Espace Bien-être :

Complétez votre séjour par des massages divins, des soins du corps et des soins du visage personnalisés. Cet espace, ouvert 7 jours sur 7, vous accueille sur réservation pour sublimer votre voyage sensoriel.



# I Bulles et Beauté

## aux Bains du Couloubret

### Bons cadeaux Bien-être

Visitez la boutique en ligne :  
[www.acqs.com/la-boutique](http://www.acqs.com/la-boutique)



### Informations pratiques

- Une caution de 5 € est demandée pour l'obtention de la carte «Pass Tempo»
- Le temps passé dans les vestiaires est inclus dans la durée d'accès.
- Au-delà du temps prévu, toute heure entamée sera facturée 12 €.
- Tous les Pass ou entrées achetés doivent être utilisés dans les 12 mois suivant l'achat. Aucun remboursement ne sera effectué pour le temps non-utilisé.
- Un Pass Tempo est utilisable par une seule personne à la fois et fractionnable à la minute, pour une flexibilité optimale.
- Préparez votre maillot de bain et votre serviette ! Si besoin, nous proposons :
  - Location de serviette de bain à 6 €
  - Location de peignoir à 8,50 €
  - Maillots de bain en vente

### Tenues de bain autorisées :

- Homme : slip ou boxer de bain uniquement
- Femme : maillot de bain une pièce ou deux pièces
- Cheveux mi-longs ou longs doivent être attachés pour un confort optimal.
- Les enfants sont les bienvenus à partir de 5 ans révolus, sur présentation d'un justificatif.
- Les enfants de moins de 16 ans doivent être, sous la responsabilité d'une personne majeure.
- Pour préserver le calme et le bien-être du centre, l'accès à l'étage intérieur (sauna et hammam) est strictement réservé aux personnes de 16 ans et plus.

#### ATTENTION :

L'eau thermale peut noircir vos bijoux en argent. Pensez à les retirer avant de profiter des bassins.

- Chaque année, deux fermetures techniques sont prévues : une avant l'été et une avant l'hiver.

**Consultez notre site internet pour connaître les dates exactes et planifiez votre visite en toute sérénité.**

## HORAIRES

Haute saison	Lundi à vendredi	Samedi	Dimanche
Ouverture	10h	10h	10h
Fermeture des bassins	19h30	20h30	19h30

Jours fériés + vacances scolaires toutes zones  
sauf vacances de Pâques

Basse saison	Lundi à vendredi	Samedi	Dimanche
Ouverture	14h	10h	10h
Fermeture des bassins	19h30	20h30	19h30

Hors périodes de vacances scolaires + vacances de Pâques

## TARIFS

APPLICABLES 2025

Les enfants sont admis à partir de 5 ans révolus sur présentation d'un justificatif

### Accès 2 heures consécutives

<b>Adulte à partir de 16 ans</b>	Unité 25€ 10 entrées : 216 €
<b>Enfant de 5 à 15 ans</b>	Unité : 17 €

#### Accès famille :

maximum 2 adultes accompagnés d'enfant(s)

1 adulte + 1 enfant 38 €

2 adultes + 1 enfant 60 €

2 adultes + 2 enfants 76 €

16 € par enfant supplémentaire

#### Tarif fin de journée en basse saison :

1 heure avant la fermeture des Bains

> Accès 1 h est à 12,50 €

### Accès 5 heures consécutives

<b>Adulte à partir de 16 ans :</b>	Unité : 42 €
<b>Enfant de 5 à 15 ans</b>	Unité : 34 €

### Abonnements 2 jours minimum

	Adulte	Enfant 5 à 15 ans
Pass tempo 180 mn - 3 H	36 €	25 €
Pass tempo 300 mn - 5 H	60 €	41 €
Pass tempo 600 mn - 10 H	108 €	78 €

### Groupes dès 15 personnes

Nous contacter pour plus d'informations.



## AQUAGYM ET AQUATRaining

Se renseigner à l'accueil des Bains pour l'horaire

### Du lundi au samedi :

1 séance de 45min par jour

	Tarifs	Validité
1 séance	12 €	1 an
10 séances	105 €	1 an
20 séances	190 €	1 an

# I Bulles et Beauté

aux Bains du Couloubret

**Tous nos massages sont des soins de bien-être et d'esthétique, conçus pour vous offrir un moment de détente absolue, sans finalité médicale. Combinez vos soins à la carte avec un accès consécutif de 2h aux bains au tarif préférentiel de 14€ (au lieu de 25 €)**

## Les soins pour le corps

### HARMONIE DES VALLÉES

Soin de 60 min ou 90 min

80€ / 110€

Fusionnant techniques de relaxation profonde et activation des méridiens, ce massage enveloppe votre corps et votre visage dans une expérience sensorielle unique. Libère les tensions du corps et ressourcez votre esprit avec cette parenthèse de tranquillité, pour un bien-être complet.

### PUISSANCE DES CIMES

Soin de 60 min

92€

Un voyage corporel où des mouvements longs et fluides dénouent les tensions, favorisant une circulation harmonieuse. Cette constellation de gestes profonds invite à une relaxation intense, orchestrant une renaissance du bien-être.

### SÉRÉNITÉ DES CIMES

Soin de 60 min

85€

Une symphonie de gestes effectués avec avant-bras, coudes et poignets qui détend les muscles en profondeur, reflétant la quiétude des montagnes pyrénéennes.

### DOUCEURS DES COURANTS

Soin drainant 60 min

80€

Découvrez le drainage en douceur pour libérer votre corps des toxines. Stimulez la circulation et retrouvez une sensation de légèreté. Offrez-vous une pause relaxante pour revitaliser votre corps en douceur.

### AXCAPADE

Soin de 40 min

44€

Massage relaxant du dos, des bras et des mains, pour revitaliser votre corps par des techniques spécifiques. Chaque toucher libère tension et fatigue, révélant une légèreté et une vitalité renouvelées.

## Les soins expériences

### HARMONIE PRÉNATALE

Soin de 60 min

80€

Ce soin pour futures mamans combine effleurages légers et pressions adaptées pour détendre et améliorer la circulation. Chaque geste apporte soulagement et bien-être, enveloppant maman et bébé dans une douceur absolue.

### ÉVASION PARTAGÉE

110€

Soin de 30 min pour un adulte accompagné d'un enfant

Partagez une douce parenthèse avec notre massage Duo. Un moment de détente unique pour une expérience complice.

## Les soins complémentaires

### ÉLÉGANCE VELOUTÉ

Soin gommage de 30 min

45€

Soin ultime pour une peau rayonnante, notre gommage éclat sublime, formulé surmesure, libère votre peau des impuretés, révélant un éclat naturel et une douceur irrésistible.

### RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE THAÏ

Réflexologie plantaire de 60 min

88€

Le soin de réflexologie plantaire thaï vous propose une gestuelle qui se concentre sur les pieds, véritable carte géographique de votre corps, pour libérer les blocages énergétiques.

## Pour découvrir

toutes les contre-indications,  
consultez notre site internet :

[www.acqs.com](http://www.acqs.com)



## Le soin signature acqs

### SÉRÉNITÉ ABSOLUE ACQS

Soin de 90 min

130€

Ce soin vous transporte vers une expérience unique. Chaque geste, en harmonie avec votre respiration, vous guide vers une régénération totale. Ressentez une relaxation profonde et une énergie revigorante, enveloppé dans une sérénité absolue, pour un moment d'exception.

## Les rituels spécifiques pro-âge

### SECRET DU TEMPS

Soin source de jeunesse de 60 min

90€

Un soin visage sur mesure pour une jeunesse intense : notre formule personnalisée cible les signes de l'âge avec des actifs adaptés à vos besoins. Enrichi d'ingrédients régénérants, ce traitement révèle une peau éclatante et rajeunie.

### ÉCLAT BOISÉ

Soin madéro sculptant visage de 60 min

88€

Le soin Madero Sculptant Visage est une approche sophistiquée qui tonifie et illumine votre teint. Profitez de la madérothérapie pour renouveler délicatement l'éclat naturel de votre peau, tout en préservant son authenticité et sa beauté.

### KOBIDO PRO-ÂGE

Soin Kobido de 60 min

90€

Inspiré de la tradition japonaise et combiné à des techniques modernes, ce soin sculptant révèle la beauté naturelle de votre peau. Grâce à son action pro-âge, il raffermi et oxygène la peau, illuminant ainsi votre teint pour un éclat retrouvé.

## Les rituels pour le visage

### DOUCEUR DES NEIGES

Soin source d'hydratation de 60 mn

88€

Une hydratation personnalisée, inspirée par les eaux bienfaisantes d'Ax-Les-Thermes. Offrez à votre peau un éclat naturel et une fraîcheur délicate, pour une vitalité retrouvée.

### ÉCLAT CRISTALLIN

Soin source de pureté de 60 min

90€

Un soin purifiant et éclaircissant pour une peau fraîche et lumineuse. Offrez à votre teint un éclat cristallin et une pureté renouvelée.

## NUAGE DE DOUCEUR

Soin source d'apaisement de 60 min

88€

Offrez à votre peau sensible une oasis de calme et de réconfort. Inspiré par la tranquillité d'Ax-les-Thermes, ce soin apaise et transforme votre peau, révélant une douceur inégalée. Plongez dans une expérience sensorielle enveloppante pour une peau apaisée et revitalisée.

## Les rituels bien-être

### ÉCLAT DES SABLES

Séance Sauna Hammam de 30 min, Gommage corps de 30 min, Massage de 30 min

105€

Le rituel Éclat des sables vous plonge dans une expérience sensorielle en 3 temps: sauna hammam pour éveiller vos sens, exfoliation pour une peau radieuse, et massage relaxant pour une détente totale. Laissez-vous envelopper par ce rituel pour une évasion totale vers la sérénité.

### ODYSSÉE PLANTAIRE

Séance Sauna Hammam de 30 min, Gommage corps de 30 min, Réflexologie plantaire de 30 min

115€

Avec le rituel Odyssée plantaire, entrez dans un univers de bien-être en 3 étapes : 30 minutes de sauna hammam pour éveiller vos sens, suivi d'un gommage exfoliant pour révéler la beauté naturelle de votre peau, et enfin, laissez-vous transporter par 30 minutes de réflexologie plantaire thaï pour une détente profonde. Succombez à cette expérience unique pour un véritable voyage vers la sérénité.

## Les soins minceur

### HARMONIE DES COURBES

Soin de 30 min

45€

Des techniques manuelles de remodelage corporel sur mesure, conçues pour sculpter et affiner votre silhouette en accord avec votre morphotype. Après un bilan personnalisé, sélectionnez la zone de traitement qui répond le mieux à vos besoins pour des résultats optimaux et ciblés.

### BOIS SCULPTÉ

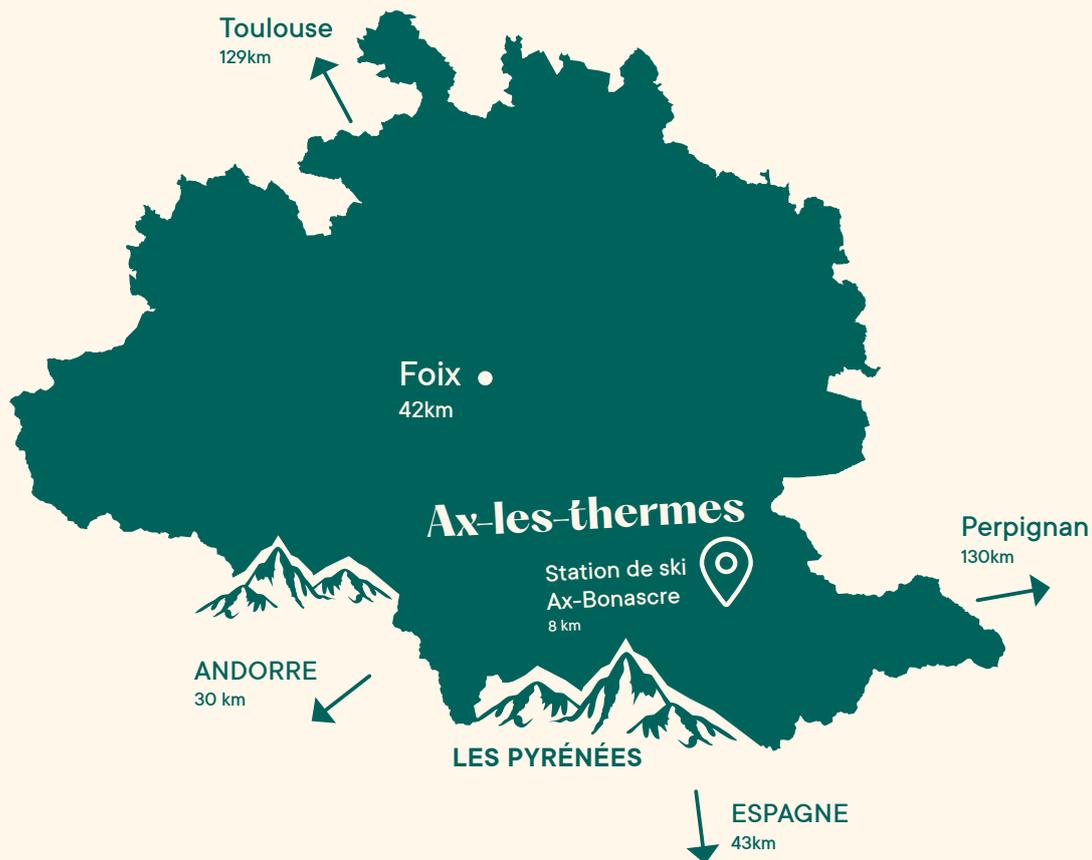
Madérothérapie de 60 min

92€

Une approche personnalisée mettant en oeuvre la madérothérapie pour sculpter votre silhouette. Chaque gestuelle est soigneusement conçue pour répondre aux besoins uniques de votre corps, offrant une expérience de bien-être raffinée et sur mesure.

## Informations pratiques

- Vous pouvez profiter de l'univers apaisant des Bains du Couloubret avant ou après votre soin de bien-être.
- Pour tout soin ou forfait, il est indispensable de réserver au moins 7 jours à l'avance.  
**ATTENTION :** la réservation est confirmée uniquement après réception d'un acompte de 30 %.
- Pensez à arriver 10 à 15 minutes avant l'horaire prévu pour débuter votre soin à l'heure.
- En cas de retard, nous ferons de notre mieux pour vous accueillir, mais la prestation pourra être écourtée ou annulée.
- Pour les forfaits, nous vous fournissons peignoir, sandales et sous-vêtements jetables.
- Tout soin non utilisé dans un forfait ne pourra pas faire l'objet d'un remboursement ou d'une réduction.
- Tout forfait scindé (bain et soin non consécutifs) fera l'objet d'un supplément de 7 €.
- Tous nos tarifs sont indicatifs et modifiables sans préavis.
- Merci de nous prévenir dès que possible pour tout report ou annulation de réservation. En cas d'annulation à moins de 48 heures, les arrhes seront conservées.
- Modes de paiement acceptés : espèces, cartes bancaires, chèques (avec pièce d'identité), chèques vacances.
- Toute prestation achetée est valable 1 an et ne pourra pas être prolongée ou remboursée en cas de non-utilisation.



## Les accès

### Train :

Lignes SNCF directes avec Paris, Toulouse et Barcelone.

### Route :

À 129 km de Toulouse, à 250 km de Montpellier, et à 30 km de l'Andorre.

### Avion :

Aéroport de Toulouse-Blagnac à 120 km.

## Informations pratiques

### Altitude

720 mètres

### Direction

Toulouse > 129km

### Climat

Un climat tonique tempéré par la douceur méditerranéenne



[www.acqs.com](http://www.acqs.com)

05 61 65 86 60

2 av. Albert Durandea  
09110 Ax les Thermes