

Thermes Adour innove et continue à moderniser la cure thermale

Thermes Adour, acteur de référence du thermalisme aquitain, n'en finit plus d'innover. En 2024, le groupe landais propose un nouveau programme axé sur le sommeil, un atelier de danse bien-être et démocratise la cure avec ses afterworks dédiés aux actifs.



Thermes Adour, cinquante ans d'histoire au service des curistes

Plus d'un demi-siècle désormais que Thermes Adour accueille, chaque année, la bagatelle de 20 000 curistes ! Venus des quatre coins de France, tous viennent s'offrir une parenthèse soins, santé et bien-être dans l'un des six établissements que compte le groupe landais fondé en 1968 par Roger Junca, charcutier audacieux devenu découvreur de sources puis pionnier du thermalisme moderne. Implantés sur Dax et Saint-Paul-lès-Dax, leur réputation n'est plus à faire en matière de traitement des affections rhumatismales - rhumatismes, suite de chirurgie orthopédique, fibromyalgie - et veineuses - maladie post-phlébitique, insuffisance veineuse.

Expertise et innovations, les deux maîtres mots des établissements Thermes Adour

Fidèle à la philosophie et aux valeurs de son fondateur, le groupe Thermes Adour n'a eu de cesse, au cours de son histoire, d'innover, avec l'ambition très forte de faire de chaque séjour une expérience thérapeutique à la fois unique et la plus complète possible. À ce titre, le groupe landais a ajouté deux nouveautés à la longue liste des soins dispensés au sein de ses établissements. Pensés comme des bonus à la cure thermale classique, ils permettent aux curistes d'amplifier, à terme, les bienfaits de leur villégiature en terre landaise.

La première de ces nouveautés 2024 concerne le sommeil. Partis du principe que les troubles de l'endormis-

sement et les problématiques liées sont prévalents chez les personnes souffrant de douleurs chroniques, les professionnels de Thermes Adour ont mis sur pied un programme d'éducation à la santé spécialement dédié au sujet. Composé de quatre ateliers - atelier diététique, atelier avec une infirmière, séances de relaxation et activités physiques adaptées - ainsi que d'une conférence dispensée par un spécialiste de la question, ce module, qui vient en complément d'une cure thermale de 18 jours rhumatologie, phlébologie ou double orientation, offre à celles et ceux qui le souhaitent les outils et astuces qui les feront enfin renouer avec des nuits réparatrices.

La seconde nouveauté consiste en une initiation à la danse bien-être.

Tout aussi novatrice, elle vient enrichir un large panel d'ateliers de prévention santé parmi lesquels on retrouve l'atelier nutrition mais également l'atelier Qi Gong, marche douce avec bâtons et cohérence cardiaque, Pilates douceur et sophrologie. Orchestré par Christine Lambert, ce rendez-vous est dispensé sur des musiques tour à tour entraînantes ou relaxantes et a pour but de faire se reconnecter les curistes à eux-mêmes à travers des mouvements corporels simples et ludiques.

Un moment de lâcher prise et de détente totale très prisé, qui permet

de se vider la tête en agissant sur sa vitalité et la souplesse de son corps, le tout en douceur et dans la bonne humeur.

Afterworks et appli dédiée, Thermes Adour modernise et démocratise la cure

Soucieux d'ouvrir la cure au plus grand nombre, Thermes Adour a également pensé aux actifs auxquels il propose désormais des afterworks dédiés.

Chaque jeudi de la saison thermale, les thermes Regina de Dax organisent une session « Therm'Active »

avec aquagym, hydromassages et parcours de marche en eau thermale, le tout agrémenté d'un apéritif. Les thermes des Arènes de Dax ont, quant à eux, misé sur l'exotisme avec « Aqua Latina », savant mélange de

musique et de danse latine, le tout immergé dans de l'eau thermale. Les amateurs, tout comme les curistes longue durée, pourront retrouver toutes les informations relatives à ces nouveautés et bien d'autres (planning de soins, idées de sorties et d'activités touristiques, hébergement...) sur l'appli Thermassist, spécialement conçue pour faciliter et agrémenter leur séjour.

Sourcéo, le complexe thermal ultime de Thermes Adour

Joyau de Saint-Paul-lès-Dax et du groupe Thermes Adour, Sour-

céo regroupe sur un même lieu des thermes, bien évidemment, mais aussi un immense hôtel Best Western de 195 chambres et appartements, un restaurant, ainsi qu'un espace aquatique de 4 000 m², le seul des Landes, dans lequel on retrouve cinq bassins - trois intérieurs, deux extérieurs - conçus pour profiter des bienfaits des eaux thermales naturellement chaudes (33 °C des sources landaises).

Équipé d'un spa, d'un jacuzzi, d'un sauna, d'un hammam, il propose également un espace cardio-training. Érigé au bord du lac de Christus, superbe plan d'eau de 11 hectares, il est le point de départ de quatre circuits pédestres de 2,5 à 10 km que les curistes peuvent emprunter au gré de leurs envies afin de découvrir les paysages et forêts de pins qui ont fait la réputation de la région.

L'espace aquatique se refait une beauté ce printemps. Il fermera ses portes le 2 avril pour 3 mois.




THERMES
ADOUR

CONTACTS
THERMES ADOUR
5, bd Saint-Pierre
40100 DAX
05 58 90 60 85
www.thermes-dax.com
contacts@thermesadour.com
@Thermes Adour