



Active Thermal SPA
& Centre Idrokinesis

Hotel La Residence
★★★★S

A B A N O T E R M E



Active Thermal Spa & Centre Idrokinesis

Science, technologie, cures spécifiques et pour faire la différence, la célèbre eau thermale d'Abano Terme. Idrokinesis® est un Centre hautement spécialisé dans la rééducation fonctionnelle, il est attendant à un hôtel thermal raffiné et à son Active Thermal Spa.

Active Thermal Spa

L'Active Thermal Spa est le lieu où la tradition des thérapies thermales s'unit aux nouvelles conceptions de fitness et de bien-être pour retrouver de meilleures conditions psychophysiques dans un environnement moderne et confortable. Trois piscines thermales avec hydromassages et hydroparcours sont immergées dans un splendide et silencieux jardin multicolore. Deux salles de gymnastique avec des coaches sportifs spécialisés dans différentes disciplines. Le fitness se pratique aussi en piscine, en bassin d'eau thermale ou en extérieur dans le jardin pour des vacances actives. Sportifs amateurs ou professionnels trouvent ici des thérapeutes experts pour leur préparation athlétique et pour récupérer leur forme. Pour ceux qui désirent retrouver bien-être, forme et beauté à la fois, les massages et les traitements "GB signature", sont tous conçus par l'équipe médicale GB dans le but de satisfaire les exigences actuelles. Les programmes contre le mal de dos ou pour retrouver une meilleure élasticité articulaire sont intensifs et efficaces. Les parcours et rituels antistress polysensoriels offrent un bien-être global. Le tout dans une ambiance « vacances » élégante et conviviale pour que le bien-être soit vraiment complet.

Centre Idrokinesis

Le Centre Idrokinesis est le premier centre de rééducation en eau thermale en Italie et son offre est unique dans le panorama thermal mondial actuel.

Il a été pensé et conçu pour conjuguer, au mieux, la qualité de l'eau thermale, chargée en énergie géothermique du bassin Euganéen, avec les dernières techniques de rééducation fonctionnelle.

Le Centre Idrokinesis a pour objectif le traitement de différents handicaps, la récupération des sportifs après blessure, la rééducation après une chirurgie orthopédique (prothèse hanche, épaule, genou, etc.), une luxation articulaire, une entorse ou une contusion. D'excellents résultats sont également obtenus dans le traitement des maladies cérébro-vasculaires ou neurologiques (AVC, Parkinson, etc.).

Les protocoles médicaux prévoient des programmes de rééducation dans un centre à l'avant-garde aussi bien dans sa structure, que dans son ambiance. Tous les facteurs sont ici réunis pour observer des résultats nettement supérieurs à ceux obtenus avec les méthodes de rééducation classiques et pour arriver à une guérison rapide et complète.

Avant l'arrivée

Un échange préalable entre le médecin traitant du patient et les spécialistes du centre Idrokinesis est souhaitable afin de préparer un programme personnalisé.

A l'arrivée

Le pronostic effectué par le médecin spécialiste peut être confirmé si nécessaire par des analyses instrumentales. Pendant le séjour, les progrès du patient sont mesurés en permanence par notre équipe de médecins et de thérapeutes, par le biais d'analyses biomécaniques effectuées à l'aide d'appareils hautement technologiques disponibles dans le centre Idrokinesis.

A la fin du séjour

La rencontre avec le médecin permet d'évaluer les résultats obtenus et de proposer une série d'activités à effectuer à la maison pour maintenir et prolonger dans le temps, le bien-être retrouvé.

Offre Day Spa avec large choix de programmes

L'Equipe Médicale

Un grand choix de spécialistes pour personnaliser le parcours bien-être ou de rééducation.

- Visite d'admission au centre Idrokinesis (elle comprend la prise en charge du patient, l'étude des examens médicaux en sa possession et la rédaction du programme Idrokinesis. Elle prévoit également une visite de contrôle et la visite de fin de cure avec évaluation des résultats obtenus)
- Consultation médicale générale pour la personnalisation du programme Thermal
- Consultation en Orthopédie
- Consultation en Physiothérapie
- Consultation en Rhumatologie
- Consultation en Neurologie
- Consultation médicale Sportive
- Consultation diététique et programme Alimentaire personnalisé
- Test d'intolérances alimentaires Matrix
- Consultation en Dermatologie
- Consultation en Phlébologie
- Ultrasonographie osseuse
- Examen postural avec plateforme de stabilométrie

Examen postural avec plateforme de stabilométrie

Il permet de déterminer la normalité de la posture et de l'équilibre. Les analyses sont réalisées grâce à un logiciel sophistiqué et sensible, capable de mesurer les variations imperceptibles du centre de gravité du corps. Il contribue au diagnostic des troubles de l'équilibre, au monitoring de l'efficacité des thérapies de rééducation et à l'évaluation médico-légale de nombreux troubles secondaires liés aux traumatismes cervicaux. Cette analyse est un examen indispensable pour établir une thérapie efficace afin de lutter contre de nombreuses pathologies qui provoquent de l'instabilité.

LES ESPACES THERAPEUTIQUES DU CENTRE IDROKINESIS

L'espace Idrokinesis de l'Hôtel La Residence abrite différentes zones thérapeutiques et de rééducation. Ici le client devient « le patient » d'un centre de rééducation et de réadaptation fonctionnelle d'excellence. Il est suivi par une équipe pluridisciplinaire de spécialistes et pris en charge par un coach personnel. Et en même temps, il est l'hôte d'un Hôtel-Spa moderne offrant tous les plaisirs d'un hôtel de vacances.





ESPACE IDROKINESIS®

Il dispose d'une vaste piscine thermique spécialement conçue pour la rééducation avec 3 profondeurs différentes. Accessible également aux personnes à mobilité réduite, elle offre différentes hauteurs pour répondre à diverses orientations thérapeutiques : rééducation, entraînement sportif ou activités bien-être. Nos physiothérapeutes et nos coaches sportifs diplômés en science motrice guident le patient à l'intérieur de cette salle de gymnastique subaquatique afin d'obtenir des progrès significatifs en peu de temps. En plus, deux bassins thérapeutiques de plus petites dimensions sont réservés au traitement individuel thérapeute-client. Ils répondent au besoin d'intimité souhaité par le patient et ils sont indispensables lors de pathologies particulièrement invalidantes.

Chaque traitement est surveillé par un système vidéo installé autour du bassin. Il aide le patient à effectuer correctement les exercices prescrits et à autocorriger ses gestes.

- Mobilisation de toutes les parties du corps
- Récupération et rééducation fonctionnelle
- Renforcement musculaire
- Rééducation vertébrale
- Exercices d'étirement musculaire
- Exercices proprioceptifs et biofeedback
- Techniques de relaxation musculaire
- Tractions vertébrales
- Entraînement à la marche
- Gymnastique et parcours vasculaire

Le parcours Kneipp

Le traitement des troubles circulatoires et lymphatiques des membres inférieurs se fait en utilisant un parcours thermal à l'intérieur de bassins à profondeur et à température variables. Ce parcours de marche à contre-courant est indiqué pour lutter contre les problèmes circulatoires et soulager les douleurs provoquées par une mauvaise posture.





ESPACE KINESITHERAPIE ET REEDUCATION MOTRICE / FONCTIONNELLE

Une zone dédiée à la Kinésithérapie et à la rééducation motrice / fonctionnelle. Dans la salle Kinetic sont effectués les traitements de mobilisation passive et active, de rééducation fonctionnelle et posturale et de renforcement musculaire avec un équipement hautement technologique. Les thérapeutes sont également formés pour la rééducation des patients souffrant de lymphœdème ou encore de troubles neurologiques. Des séances de gymnastique préventive pour la colonne cervicale et lombaire, pour les épaules et pour les membres supérieurs et inférieurs peuvent être réservées.

- Mobilisation active et passive
- Rééducation fonctionnelle
- Rééducation posturale et école du dos
- Renforcement musculaire
- Attelle motorisée Kinetec
- Techniques de relaxation musculaire
- Exercices d'étirement musculaire
- Exercices proprioceptifs avec plateforme stabilométrique



ESPACE THÉRAPIE PHYSIQUE

Un département d'Idrokinesis est dédié à la thérapie physique. Le traitement antalgique de nombreuses pathologies inflammatoires et douloureuses fait partie intégrante du protocole de rééducation Idrokinesis.

- Magnétothérapie
- Ultrasonothérapie
- Electrothérapie antalgique
- Tens
- Laserthérapie
- Electrostimulation musculaire
- Ionophorèse
- Hyperthermie

L'Eau Thermale

Une ressource unique au cœur de tous les programmes Idrokinesis

L'Eau thermale d'Abano Terme appartient à la catégorie des eaux hyperthermales. Elle provient des bassins des Monts Lessini, situés dans les Préalpes. Elle est considérée comme unique, grâce au long voyage qu'elle parcourt avant d'atteindre les Collines Euganéennes. Ce voyage, d'environ 25/30 ans, entre les roches calcaires et à une profondeur de plus de 2000 mètres sous terre, permet à l'eau de s'enrichir en précieux sels minéraux. Conservée pendant une longue période dans les profondeurs souterraines, elle devient sel-brome-iodique hyperthermale avant de jaillir dans le bassin euganéen à une température de 86°C. Sa teneur en sels minéraux lui donne son caractère unique et sa grande valeur thérapeutique, patrimoine d'Abano Terme. L'Eau thermale utilisée ici jaillit à la source située à plus de 1.200 mètres de profondeur. Elle est à une température constante de 86°C et contient une concentration élevée de sels minéraux. Le résidu fixe est de 5,050 grammes de sels par litre et offre une eau thermale sel-brome-iodique unique au monde pour ses caractéristiques chimiques, physiques et énergétiques. Cette eau est utilisée, dès la sortie de la source, pour mûrir la boue thermale, mais aussi opportunément refroidie pour remplir les différentes piscines thermales de la structure. Les effets myorelaxants et antidouleurs de cette eau thermale se manifestent déjà après une courte immersion.



Comment la Boue Thermale devient “Fango DOC” ou “Argile Bio Thermale”

La boue et l'eau thermale : deux alliées naturelles pour la santé et la beauté

La boue Thermale, appelée Fango, porte en elle l'histoire des Collines Euganéennes. Ces dernières abritent de petits lacs séculaires où l'argile est puisée, avant d'être transportée dans nos Spas, pour être mise en contact avec l'eau thermale, pendant une période minimum de deux mois. Ainsi s'effectue la transformation de l'argile en Fango Mature, qui grâce à la naissance de micro-algues, permet la production de principes actifs aux fortes propriétés anti-inflammatoires. Ce procédé particulier de maturation s'effectue progressivement grâce à l'argile immergée dans l'eau thermale, qui jaillit à une température de 86°C et est maintenue à une température de 40°/45°C pendant 60 jours, favorisant ainsi la croissance de précieuses micro-algues. Les propriétés anti-inflammatoires et anti-oxydantes du Fango Thermal Mature D.O.C. (ou Argile Bio-Thermale) sont comparables à celles de certains médicaments, mais sans aucun effet secondaire. Il est un allié précieux pour la santé et pour la beauté et est certifié au niveau européen.





PARCOURS PREMIUM IDROKINESIS

Une série de propositions, signée GB Thermæ Hôtels, qui combine différents traitements en un parcours complet adapté à vos besoins spécifiques.

Programme Idrokinesis®

Le programme inclut la première visite médicale Idrokinesis d'admission, le contrôle et l'assistance durant le séjour, la visite de fin de cure et trois séances journalières dédiées à la thérapie physique et thermale.

- 6 Séances d'hydrokinésithérapie individuelle en bassin de rééducation 25 min.
- 6 Physiothérapies ou thérapies du mouvement avec le thérapeute en salle 25 min.
- 6 Thérapies physiques (courants, ultrasons, magnéto, tens, etc.) 15 min.
- 6 Applications de Boue Thermale (Argile Bio-Thermale enrichie)
- 6 Bains thermaux à l'ozone
- 6 Massages bien-être complets du corps 25 min.





Programme Idrokinesis® pour le Dos

- Visite thermale et en physiatrie avec évaluation de la posture (podoscopie)
- 1 Evaluation de l'équilibre (plateforme stabilométrique informatisée)
- 6 Applications de Boue Thermale (Argile Bio-Thermale enrichie)
- 6 Bains thermaux thérapeutiques ozonisés
- 6 Séances d'hydrokinésithérapie individuelles 25 min.
- 6 Séances de rééducation posturale ou de thérapie antalgique 25 min.
- 6 Massages Deep Tissue Method® 25 min.

Programme Active Linea®

- Evaluation spécialisée d'admission au programme diététique et thermal
- Programme alimentaire personnalisé
- 6 Applications de boue thermique "Santé Plus" (Argile Bio-Thermale)
- 6 Bains thermaux à l'ozone et aux hydro-essences aromatiques
- 6 Massages personnalisés, 50 min., au choix parmi lymphodrainage ou Deep Tissue Method®
- 6 Séances avec un coach sportif en salle ou en piscine 25 min.



Programme Psoriasis

Le psoriasis est la pathologie cutanée qui est traitée le plus fréquemment et avec succès en milieu thermal, surtout en tant que méthode de remplacement durant les périodes de suspension des pratiques thérapeutiques ou en tant que complément d'une cure médicamenteuse.

Une technique innovante qui associe la balnéothérapie thermique avec la photothérapie aux rayons UVB (balnéo-photothérapie thermique) conduit à une amélioration considérable de l'état de la peau et souvent à la disparition des lésions cutanées pendant une longue période.

Notre programme Idrokinesis associe la balnéothérapie en eau thermique de la source Idrokinesis (riche en sélénium et bromure) avec la photothérapie (douche solaire UVA et UVB à bande étroite). L'absorption par la peau de minéraux avec des caractéristiques anti-inflammatoires et antioxydantes accélère la rémission de la plaque de psoriasis induite par les UVB à bande étroite. En complément l'activité motrice en bassin Idrokinesis, les massages thérapeutiques avec des produits émollients et la fangothérapie pour les pathologies de dérivation ostéo-articulaires, donnent d'excellents résultats.

Programme Psoriasis

- 1 visite médicale pour la personnalisation du programme
- 12 bains thermaux riches en minéraux et ozone (le matin)
- 12 séances de photothérapie
- 12 bains thermaux riches en sel iodé (l'après-midi)
- 12 traitements de 50 minutes au choix parmi : massage avec produits émollients et hydratants, gommage, traitement localisé du corps à l'eau thermique et/ou avec l'utilisation de produits anti-psoriasis



NOS TRAITEMENTS

Boue Thermale Santé Plus

Elle consiste en l'application de boue thermique mature riche en substances naturelles, sur des zones spécifiques du corps définies par le médecin, dans le but de diminuer l'inflammation de l'appareil ostéo-articulaire et musculaire. La Boue thermique « Santé Plus » est complétée par un bain d'eau thermique dynamisée et additionnée d'hydro-essences, afin d'en accroître les effets et d'offrir le maximum de bienfait à l'organisme.

Fango & Forme

Le parcours débute par la dégustation d'une infusion drainante et se poursuit par l'application de boue mature à la température et sur les parties du corps indiquées par le médecin. Après 15 minutes de pause suit une douche thermique revitalisante. Tout de suite après, le bain thermal est un moment essentiel du traitement qui consiste en l'immersion complète dans l'eau minérale à laquelle est ajoutée une essence parfumée aux notes vertes et marines. L'« hydrobain relax » et les huiles essentielles (muscs blancs et fleurs de citron) ont la fonction d'amplifier l'effet thérapeutique de l'eau thermique avec celui relaxant de l'aromathérapie. Après le bain thermal, une fois la peau essuyée, l'eau « Esprit d'Abano » avec son action hydratante et rééquilibrante du PH cutané est vaporisée sur tout le corps. Suit l'application du « gel jambes légères » pour son action rafraîchissante ou du « gel raffermissant » pour son action tonifiante. Le traitement Fango & Forme apporte de nombreux avantages : il régénère les tissus, raffermit la musculature, délie la rigidité et relaxe la colonne vertébrale en utilisant les propriétés désintoxiquantes, anti-inflammatoires et antioxydantes de la fangothérapie.

Balnéothérapie

La balnéothérapie consiste en l'immersion du corps dans une baignoire individuelle contenant de l'eau thermale dynamisée, sel-brome-iodique, à une température de 36°-38°C. Les effets bénéfiques de la balnéothérapie sont réservés à l'appareil musculo-squelettique, en particulier aux articulations, à qui elle donne de l'aisance dans le mouvement et aux muscles, en les libérant des tensions et en favorisant la diminution de la douleur. La chaleur procure une action intense de vasodilatation au profit de la circulation sanguine. La balnéothérapie est la panacée pour soulager la douleur, diminuer l'atrophie musculaire, favoriser la guérison après une fracture ou une opération chirurgicale et améliorer les processus inflammatoires chroniques et les dermatoses cutanées.

Inhalations - Aérosols

La composition particulière de l'eau thermale sel-brome-iodique développe une action anti-inflammatoire et immunostimulante sur les muqueuses de l'appareil respiratoire. Les maladies chroniques les plus courantes traitées par inhalations et aérosols sont : rhinite, pharyngite, laryngite, sinusite, otite catarrhale et bronchite. La thérapie par inhalations est également indiquée pour les enfants. Une visite médicale est obligatoire pour effectuer un cycle d'inhalations ou d'aérosols.

Fangothérapie pour le traitement de la sinusite

Elle consiste en l'application de boue thermale Mature sur le front et les côtés du nez, pour traiter naturellement la sinusite chronique, en complément des inhalations.

Hydrokinésithérapie

25 min. ou 50 min.

L'hydrokinésithérapie est un traitement complet effectué dans l'eau thermale avec le thérapeute. Il met en synergie les techniques traditionnelles de mobilisation avec les propriétés myorelaxantes et antalgiques de l'eau thermale. La récupération devient plus rapide, plus sûre, plus stable et les résultats sont durables.
(Voir détails de page 5 "Centre Idrokinesis")

KINESITHERAPIE

Rééducation motrice

25 min. ou 50 min.

La mobilisation manuelle d'une articulation bloquée effectuée par un thérapeute, sur indication du médecin, fait partie intégrante de nos protocoles de rééducation pour parvenir à une récupération complète.

Rééducation fonctionnelle

25 min. ou 50 min.

Une phase très importante du protocole de rééducation, surtout après un traumatisme articulaire, qui prévoit un travail complexe aussi bien sur la récupération de la force musculaire que sur l'amplitude articulaire avec pour objectif la récupération complète de la fonction du segment concerné par le traumatisme.

Rééducation posturale

25 min. ou 50 min.

C'est une technique de physiothérapie innovante et progressive qui agit en rééquilibrant la musculature. Particulièrement recommandée pour résoudre les problèmes relatifs aux pathologies de la colonne vertébrale et des membres inférieurs.

Entraînement proprioceptif sur plateforme stabilométrique

25 min.

La stimulation proprioceptive d'une articulation traumatisée vise à créer une situation d'instabilité progressive et contrôlée pour réactiver et récupérer l'efficacité des mécanismes de contrôle spécialisés dans la réponse neuromusculaire (les propriocepteurs). Ces propriocepteurs, présents en très grand nombre dans les structures capsulaires et ligamenteuses, sont souvent endommagés par un traumatisme ou par ses conséquences (œdème, hypomobilité, douleur...). On utilise la stimulation proprioceptive en rééducation motrice pour rétablir en peu de temps la pleine fonctionnalité du secteur traumatisé. Cette technique permet au patient de percevoir les résultats obtenus.

Biofeedback

Le Biofeedback est un appareil utilisé par le thérapeute, en synergie avec les techniques classiques, dans le but d'obtenir une rééducation motrice efficace et complète.

Il peut être utilisé :

- pour évaluer le degré de l'activité musculaire,
- pour obtenir un renforcement musculaire en présence de problèmes orthopédiques ou neurologiques.
- comme technique de relaxation profonde dans le contrôle de l'anxiété.



Prevention et Reeducation du Sportif

Un des principaux objectifs des athlètes professionnels est de maintenir en forme leur organisme même durant les pauses saisonnières. Aussi bien en début de saison pour arriver préparés aux compétitions, qu'à la fin pour évacuer la fatigue provoquée par une intense sollicitation musculaire. Une prévention active des traumatismes liés au sport est conseillée par les médecins du sport à tous ceux qui pratiquent une activité physique régulière pour leur bien-être et leur santé. Aujourd'hui, se maintenir en forme est possible grâce à un programme étudié pour la récupération de la forme physique et personnalisé en fonction des besoins de chacun.

Sportifs jeunes et moins jeunes présentant des lésions musculaires, des traumatismes du genou, de l'épaule, de la clavicule, des formes dégénératives naissantes des cartilages ou après une intervention chirurgicale peuvent trouver à Idrokinesis le lieu idéal pour effectuer un parcours de rééducation personnalisé et renouer avec le geste athlétique et l'activité sportive. Des programmes de rééducation ont été étudiés pour répondre aux besoins spécifiques du sportif dans les premiers jours suivants un traumatisme ou après une intervention chirurgicale de l'appareil musculo squelettique.

THERAPIES ANTALGIQUES

Hyperthermie

de 10 à 25 min.

Les soins de fango-balnéothérapie pour le traitement des maladies ostéo-articulaires utilisent l'énergie thermique administrée cycliquement sur tout le corps par l'application de boue thermique ou par le bain d'eau de source. Elle active les mécanismes de stimulation sur le métabolisme cellulaire et participe activement à l'action thérapeutique finale. Dans certains cas, une action thermique plus localisée est nécessaire, notamment lorsqu'une zone spécifique doit être traitée intensivement. L'administration de chaleur au moyen de la technique innovante de l'hyperthermie agit de façon rigoureuse et efficace, en utilisant deux sources de chaleur (une pour réchauffer les tissus profonds, l'autre pour refroidir les couches cutanées superficielles), permettant ainsi une action plus sélective et particulièrement efficace sur les pathologies post-traumatiques en phase aiguë.

Ultrasonothérapie

de 10 à 25 min.

Recommandé pour son effet antalgique dans le traitement de toutes les pathologies de l'appareil locomoteur ou en complément d'une séance de physiothérapie.

Electrothérapie

de 10 à 25 min.

Le courant continu permet de véhiculer certains médicaments directement dans la zone à traiter, alors que les courants variables ont un effet stimulant (Compex), antalgique (Tens, Diadynamique) ou thermique.

Ionophorèse

de 10 à 25 min.

Elle permet de véhiculer sous la peau une substance médicamenteuse grâce à un courant continu particulier envoyé directement sur la zone à traiter, avec des électrodes de polarité différente.

Magnétothérapie

de 10 à 25 min.

Elle est idéale pour améliorer les fonctions métaboliques avec une augmentation de la microcirculation et des mécanismes de régénération cellulaire. Elle a de nombreuses applications thérapeutiques et notamment dans le traitement des traumatismes ostéo-articulaires, des fractures osseuses et même dans le traitement du psoriasis.

Laserthérapie Super Pulsée

de 10 à 25 min.

La laserthérapie se base sur l'action de stimulation photochimique et photobiologique induite dans les tissus par l'impulsion lumineuse. Les cellules endommagées pour des raisons inflammatoires, traumatiques ou dégénératives, une fois stimulées par le laser, tendent à se recharger d'énergie et à reprendre leur fonction physiologique primaire. Le traitement doit être le plus précoce possible et sera personnalisé par le médecin. Il est recommandé pour traiter les traumatismes sportifs, les pathologies arthro-rhumatismales et pour la rééducation motrice articulaire.

Kinesiotaping

Kinesio Taping®, cette méthode a révolutionné le monde de la rééducation et de la médecine du sport.

Elle utilise Kinesio Tex® Gold™, une bande élastique aux caractéristiques spécifiques en termes d'élasticité, de densité, de tension, de poids et de trame. L'utilisation de Kinesio Tex® donne d'excellents résultats associée à d'autres techniques de rééducation comme les thérapies manuelles, l'exercice thérapeutique, l'hydrothérapie, le massage et la thérapie physique.

Kinétec

Cet équipement pour la mobilisation permet des mouvements passifs de l'articulation du genou et de la hanche. Son utilisation complète efficacement le traitement médical thérapeutique. Son but est d'éviter les lésions provoquées par l'immobilisation, de récupérer efficacement et sans douleur la mobilité de l'articulation et de favoriser la guérison avec de bons résultats fonctionnels.

LA SALLE DE SPORT

Salle Kinetic

Un espace entièrement dédié à la Kinésithérapie est réservé aux hôtes qui suivent le programme de rééducation. Conçu pour la rééducation motrice, fonctionnelle et posturale, il fait partie intégrante des protocoles Idrokinesis et contribue à une récupération complète. Les coaches sportifs et les physiothérapeutes travaillent en équipe sous la surveillance attentive du médecin physiatre. Les thérapeutes bénéficient d'une formation continue et d'un appareillage performant pour garantir aux hôtes une thérapie intensive et efficace. Les séances peuvent être de 25 ou 50 minutes.

Pancasix Evolution

Outil à utiliser sous la supervision d'un coach expert pour la prévention et le traitement des déséquilibres musculo-squelettiques liés à une mauvaise posture ou à une rétraction musculo-tendineuse. Le mécanisme principal sur lequel se base cette technique est l'étirement, de manière globale et non analytique, des chaînes musculaires par le biais de postures adaptées. De cette façon les compensations, c'est à dire les mécanismes de défense que notre corps utilise pour réduire la douleur et les contractures musculaires, sont évitées. Pancasix s'avère très efficace sur : problèmes posturaux, cervicalgie, lombalgie, hernies discales, troubles de l'articulation temporo-mandibulaire (ATM), arthrose de la hanche, du genou, de la colonne vertébrale, épaules douloureuses. L'utilisation de cette méthode en complément de la fangothérapie, de l'hydrokinésithérapie thermique et de la rééducation fonctionnelle permet aux hôtes de notre centre d'atteindre rapidement et de maintenir à long terme un effet bénéfique sur toutes les problématiques articulaires dégénératives (arthrose) ou fonctionnelles (vices posturaux, dysmorphie, douleurs).





Coach Sportif

Les séances d'entraînement avec le coach sportif permettent d'établir un programme en fonction des objectifs à atteindre et de l'optimiser. Les activités proposées sont infinies et personnalisées en fonction du niveau de chacun : réveil musculaire, circuit fitness, aquafit, circuit aérobic, stretching, gymnastique posturale et pour le dos. Les séances sont de 25 ou 50 minutes.



LES MASSAGES

Massage Bien-Etre

25 min ou 50 min.

Excellent associé à d'autres traitements ou aux applications de boue thermale. Le massage Bien-être agit sur les muscles et donne une sensation de confort et de relâchement. Il a aussi un effet tonifiant bénéfique pour le corps et l'esprit.

Massage Deep Tissue Method®

25 min ou 50 min.

La technique de massage Deep Tissue Method® est une méthode particulière de travail sur le corps. Elle se concentre sur les muscles profonds et les fascias qui les entourent et son efficacité est reconnue scientifiquement. Cette technique utilisée pour traiter de nombreux troubles, est particulièrement indiquée pour supprimer les tensions en décontractant la musculature. Les principaux effets sont l'amélioration de la posture, de la flexibilité et de l'élasticité du tissu conjonctif, ainsi que la réduction de l'inflammation qui provoque la douleur.

Massage Hémolymphatique Drainant Méthode GB

50 min.

Conçue par Les experts GB, cette technique de massage a pour objectif de favoriser à la fois la circulation du sang et celle de la lymphe. Le massage est profond, lent et rythmé, ce qui permet également une relaxation optimale des muscles. Les toxines et les liquides en excès sont éliminés et les tissus retrouvent élasticité et souplesse.



Lymphodrainage Méthode Vodder

50 min.

Le lymphodrainage de Vodder est une technique manuelle idéale pour combattre les œdèmes et la rétention de liquides dans les tissus. Il donne également d'excellents résultats dans le traitement, de la cellulite et des cicatrices après intervention chirurgicale mais aussi du stress et du syndrome prémenstruel. Cette méthode née dans les années 30 et a été conçue par le physiothérapeute Emil Vodder, engagé depuis des années dans l'étude du système lymphatique. La technique manuelle de Vodder est réalisée avec des mouvements lents et superficiels et avec une pression légère et rythmée qui augmente et diminue progressivement (effet pompe). La légèreté du geste est la principale caractéristique de ce traitement presque imperceptible, parce que son action concerne les tissus superficiels et non pas les fascias musculaires qui demandent un massage plus rapide et plus profond. La pression très légère est modulée selon les différentes parties du corps ou en présence d'œdèmes. La lenteur est due à la nécessité d'adapter le geste du thérapeute à la vitesse de la circulation lymphatique plus lente que la circulation sanguine et la pression «douce» permet d'éviter de comprimer les vaisseaux lymphatiques et de transmettre correctement la lymphe dans les aires ganglionnaires du corps. Le lymphodrainage de Vodder part toujours du cou et la pression pour désengorger les ganglions est plus appuyée car l'objectif de cette technique est d'éliminer les liquides en excès présents dans le corps. À la fin du traitement, le gonflement dû à la rétention d'eau diminue visiblement, laissant place à une sensation de légèreté de la zone traitée et plus généralement de tout le corps. Si la pression légère et la lenteur du traitement ne correspondent pas aux attentes de la personne traitée, cette technique peut être remplacée par la technique du massage hémolympatique, plus dynamique et plus rapide et également dédiée à la circulation aussi bien lymphatique que sanguine.

Réflexologie Plantaire

50 min.

Elle a pour objectif de favoriser l'équilibre énergétique du corps par la stimulation de certaines zones des pieds. Elle a une action bénéfique pour réduire le stress, les tensions et la douleur.

Massage Antistress

50 min.

Les tensions s'apaisent, l'esprit se relaxe, le corps retrouve une nouvelle vitalité. Son action décontractante, surtout au niveau cervical et lombaire, le rend particulièrement adapté aux personnes contraintes d'assumer quotidiennement des postures particulières. Le massage antistress favorise une relaxation profonde en activant la production d'"analgésique", d'"anxiolytique" et d'"antidépresseur" naturels et en développant la capacité d'écouter de ses propres besoins.

Massage Ayurvédique

50 min.

Huile chaude et massage enveloppant sont les composants fondamentaux de ce merveilleux massage. La tradition indienne, l'Ayurveda ou Science de la Vie, nous laisse en héritage cette technique dédiée au rééquilibrage des doshas. Le massage est personnalisé et peut avoir un effet calmant (Vata), drainant (Pitta), tonifiant (Kapha) ou s'adapter aux trois doshas (tridosha) pour une action rééquilibrante au niveau énergétique.

Hot Stone Thérapie

80 min.

Une expérience de bien-être originale et relaxante. Cette technique alterne les sensations: la chaleur des pierres chaudes et la fraîcheur des pierres de marbre froid. L'effet relaxant généré par la vasodilatation due à la chaleur se combine à l'effet stimulant de la vasoconstriction induite par le froid, provoquant ainsi une gymnastique vasculaire efficace et agréable. Les mouvements sont lents et rythmés pour amplifier les sensations transmises par le glissement des pierres sur le corps. Une expérience à tenter aussi bien en été qu'en hiver, pour tous ceux qui souhaitent échapper au stress, aux soucis quotidiens et retrouver bien-être et sérénité.

Shiatsu

50 min.

Avec la digitopression et le massage, le corps retrouve l'harmonie. Idéal pour traiter les céphalées, les douleurs lombaires et assouplir les articulations, le Shiatsu est un excellent composant des programmes de remise en forme pour réactiver la connexion entre corps et esprit.



LES COSMETIQUES BORILE EXPERIENCE

Nature et science pour une beauté extraordinaire

L'expérience et la recherche du Groupe GB ont contribué à créer une ressource exceptionnelle au service de la beauté et du bien-être : les Lignes Cosmétiques Borile Expérience.

Pas de simples produits, mais une concentration rare de précieux éléments offerts par la nature. La Boue et l'Eau Thermale d'Abano, l'huile d'olive, les extraits d'Hématite et les précieuses substances d'origine végétale, sont quelques-uns des trésors qui les composent.

BEAUTE DU VISAGE

Traitements Signatures GB Thermæ Hôtels

Une série de propositions dédiée à la beauté du visage pour une peau fraîche, lumineuse et jeune. Les traitements sont effectués dans une atmosphère calme et relaxante pour rendre le séjour inoubliable.

Luxury Thermal Shine

50 min.

Luxury Thermal Shine est le dernier né des traitements Signés GB Thermæ Hôtels, une nouveauté absolue conçue dans le but d'exalter la beauté de la peau en lui donnant vitalité et hydratation. De précieux composants naturels, comme la Boue, l'Eau Thermale, et l'Huile d'Olive, font de ce splendide traitement une source de beauté et de bien-être.

Grâce à un doux et stimulant massage, le visage se détend et la peau régénérée et nourrie s'illumine d'un nouvel éclat, offert par les vitamines et les extraits végétaux.

Luxury Silver Face

50 min.

Recommandé pour tous les types de peau contre le vieillissement précoce. Le traitement visage "Luxury Silver Face" utilise deux précieux principes actifs : la Bave d'escargot et l'Extrait de Malt d'Orge. La Bave d'escargot est obtenue à partir de la sécrétion naturelle d'escargots bordés. Elle est naturellement riche en acide glycolique, en collagène, en élastine, en vitamines A, C et E et en allantoïne, pour un effet régénérant et hydratant. L'Extrait de Malt est un produit riche en polyphénols et en acide Férulique aux propriétés anti-oxydantes et protectrices pour la peau contre les radicaux libres. Un doux gommage exfoliant aux microsphères de jojoba et un masque peel off aux extraits Minéraux et à l'Eau Thermale complètent le rituel et donnent immédiatement à la peau un aspect lisse et velouté. Ce traitement est indiqué pour estomper rides, traces d'acné, cicatrices, taches, rougeurs, irritations et vergetures.

Luxury Hématite

80 min.

Fruit de la recherche thermale GB, l'efficace rituel Luxury Hématite, avec ses précieux cristaux, est le traitement anti-aging par excellence, entièrement dédié au visage, au cou et au décolleté des hommes et des femmes exigeants. Eau thermale, Oxygène végétal actif extrait des germes de soja et précieux cristaux noirs iridescents de l'hématite naturelle, font de ce traitement une combinaison unique de substances hautement actives pour lutter efficacement contre les signes du temps. Il agit sur le tonus et l'élasticité de la peau, lui donne éclat et hydratation, tout en préservant son capital jeunesse de façon naturelle et avec des résultats visibles dès le premier traitement. La synergie entre les différentes méthodes de massage et l'activation multi-sensorielle contribue à éloigner stress et tensions pour laisser place à des traits détendus et à un profond relâchement.

Traitement Visage Eclaircissant Désensibilisant

50 min.

Recommandé pour les peaux particulièrement sensibles ou stressées par la pollution atmosphérique, il a un effet apaisant et désensibilisant. Les extraits de Chardon-Marie, la Centella et la Calendula, avec leurs propriétés nourrissantes, adoucissantes et réparatrices, sont les ingrédients principaux de cet agréable et relaxant traitement.

Traitement Visage Thermal Détoxinant

50 min.

Objectif du traitement : libérer la peau du visage des toxines et des impuretés et la rendre lumineuse. Purifiée, grâce à l'action de la Boue Mature d' Abano, la peau respire et respire et respire. Vitamine A, acide Hyaluronique et extrait d'Iris, laissent la peau hydratée, régénérée et compacte.

Traitement Visage Antistress

50 min.

Ce traitement agit sur les effets du stress et du temps, en procurant à la peau, éclat, tonicité, hydratation et nutrition. Les essences de rose, de lavande et d'ambre détendent les traits du visage, l'acide hyaluronique atténue les rides d'expression, le Chardon-Marie et l'extrait antioxydant du chêne renforcent l'épiderme et complètent ce magnifique moment de bien-être.

Traitement Contour Yeux et Lèvres

25 min.

Un masque gel à base d'acide hyaluronique pour hydrater et repulper les lèvres. Un complexe actif concentré à base d'extraits de Centella et d'Escine, pour réduire les poches et de Caféine pour réactiver la microcirculation et donner une nouvelle jeunesse au regard. Ce traitement peut -être effectué en complément des autres traitements visage GB.

Lymphodrainage Visage

25 min.

C'est la meilleure technique de massage pour éliminer les toxines et les liquides en excès. Tout en douceur, elle détend les traits du visage et favorise la régénération cellulaire en éliminant visiblement les œdèmes.

Massage Antistress Visage

25 min.

Idéal pour régénérer, tonifier et relaxer le visage, le massage antistress visage, donne d'excellents résultats pour combattre les signes du temps et relaxer les muscles faciaux. Profondément relaxant, il est un excellent complément aux autres traitements visage ou corps.

Nettoyage Visage Thermal

50 min.

Ce nettoyage thermal du visage est profond et adapté aux peaux mixtes et impures : un exfoliant végétal associé à la vapeur et complété par un masque de Boue Mature d'Abano, hydrate et purifie la peau en profondeur. Il est recommandé de l'effectuer avant tout traitement visage.

Nettoyage Visage Délicat

50 min.

Pour toutes les peaux sensibles, qui ont besoin d'attention. Le nettoyage délicat du visage débarrasse la peau de toutes ses impuretés et la prépare à recevoir les traitements successifs. L'action réparatrice du Chardon et celle apaisante de la calendula garantissent à ce traitement un maximum de douceur.

SEULEMENT POUR “ LUI ”

Traitement Homme Visage Intensif Age

50 min.

Un traitement spécialement formulé pour les peaux masculines qui ont besoin de vitalité et d'hydratation. Intensif Age pour homme offre une action antiâge visible et durable grâce aux actifs concentrés utilisés, dont l'extrait de malt, les protéines de soja, l'acide hyaluronique et l'huile de Jojoba. Le massage facial pratiqué contribue à détendre les muscles du visage. Un agréable moment seulement pour lui !

Traitement Homme Corps Peel & Relax

50 min.

Ce traitement, dédié à l'homme, élimine les impuretés de la peau et désintoxique le corps grâce à l'action du sel et de la boue thermale. Il soulage également les tensions dorsales avec un massage décontractant. Les notes régénérantes de romarin, de lavande et de cyprès offrent une incroyable sensation de fraîcheur. Les huiles d'Argan, d'amande douce et de germe de blé nourrissent, adoucissent et hydratent la peau en profondeur.



LES RITUELS

Rituels Signatures GB Thermæ Hôtels

Retrouver le bien-être, réconforté par un agréable massage et enveloppé des parfums enivrants et de la douce texture des crèmes précieuses utilisées. Avec nos Rituels, nous vous offrons le vrai luxe, celui d'harmoniser votre corps et votre esprit et de vous abandonner à en perdre la notion du temps !

Rituel Bacchus Visage Corps

110 min.

Un rituel multi-sensoriel avec un fort effet antioxydant, en raison de la présence de resvératrol, uni aux oligominéraux naturels de la boue mature d'Abano. La phase d'exfoliation pour le visage et le corps avec de la gélatine de raisins rouges, est suivie par un enveloppement de boue thermale mature d'Abano. Le traitement visage est ensuite effectué avec un Masque gel à forte concentration de polyphénols, à base de mout de raisins rouges, avant un bain enivrant au parfum fruité. Cette douce parenthèse de bien-être se termine par un massage relaxant.

Rituel Belle Epoque

110 min.

Enveloppé par le parfum magique, élégant et sensuel de l'ambre, dans une atmosphère feutrée, le Rituel Belle Epoque transporte le corps et l'esprit à l'époque fastueuse du thermalisme de la fin du XIXe siècle.

Une pluie de microsphères de Jojoba massée sur le corps, renouvelle la peau et la rend soyeuse et veloutée, prête à accueillir l'enveloppement à base de Boue Mature et de mousse onctueuse vitaminée.

Ce splendide Rituel est complété par un traitement visage à base de Collagène Végétal, d'Acide Hyaluronique et d'essence de Miel à l'action anti-aging renforcée par un stimulant massage sensoriel.

Cacao Face & Body Immersion

110 min.

L'action anti-oxydante et stimulante de la théobromine contenue dans le cacao, donne au visage et au corps un aspect plus jeune et plus tonique. Le rituel débute par une agréable exfoliation à base de fèves de cacao en poudre. Il élimine les impuretés de la peau, ce qui favorise l'absorption des précieux actifs contenus dans le masque nourrissant au chocolat appliqué par la suite. Le rituel se conclut par un doux massage relaxant suivi d'un bain aromatique au chocolat dans l'eau thermale chaude. Un véritable réconfort pour les sens, un plein de vitalité pour la peau.

Rituel Peeling et Traitement à l'Huile d'Olive

80 min.

Un massage exfoliant, à base d'huile d'olive chaude enrichie en vitamine E et de poudre de noisettes, est le prélude de ce rituel. La peau, libérée des impuretés, est prête à recevoir les actifs du masque à l'action anti-oxydante, à base d'olives vertes. Un massage final conclut cette magnifique expérience de bien-être et laisse une peau nourrie en profondeur.



Thérapie au Jasmin

*Considéré comme la reine des fleurs, le jasmin est un symbole d'amour et d'affection.
Précieuse alliée de la peau, l'huile essentielle de jasmin exalte sa beauté, en la tonifiant.
Unie avec du beurre de karité chaud, l'huile de jasmin nourrit la peau en profondeur et active
une puissante action réparatrice des tissus.*

Rituel Thérapie au Jasmin

110 min.

Le massage du visage et du corps est complété par un relaxant bain thermal à l'essence de jasmin pour rééquilibrer corps et esprit. La douce chaleur de l'eau thermale réchauffe le corps pour mieux libérer les tensions et installe un climat de tranquillité, d'optimisme et de confiance.

Thérapie au Jasmin Massage Expérience

80 min.

Une expérience sensorielle unique dédiée au visage et au corps. Grâce à l'habile massage, le corps se relaxe, les muscles se délient et les traits du visage se détendent.

Thérapie au Jasmin Massage Corps

50 min.

Un massage du corps conçu pour apaiser les tensions et redonner du bien-être, grâce aux propriétés aromatiques calmantes et relaxantes du jasmin.



BEAUTE DU CORPS

Traitements Signature GB Thermæ Hôtels

Redessiner la silhouette, raffermir le corps, détoxiner et purifier l'organisme, retrouver des jambes légères ou tout simplement s'offrir un pur moment de bien-être sont les objectifs de nos parcours

Gommage a la Gélatine de Fruits

50 min.

Recommandé avant de démarrer n'importe quel parcours, ce traitement relaxant et délicat, lisse, adoucit et illumine la peau. Le gommage se fait grâce à un agréable massage avec une serviette éponge chaude. Il se termine avec un massage complet du corps effectué avec une huile vitaminée à l'action nourrissante et protectrice.

Gommage Volcanique

50 min.

Un mélange de poudre de pierre ponce et de granulés végétaux, combiné à une synergie d'huiles végétales et de vitamine E nourrissantes et raffermissantes, sont les ingrédients utilisés dans ce délicieux traitement exfoliant pour le corps. Un inoubliable massage final à la crème volcanique et au parfum énergisant de terre lointaine.



TRAITEMENTS BIEN-ETRE FANGO GB

Traitements Signature GB Thermæ Hôtels

Traitement Choc Fango GB Cuisses, Fesses, Ventre

80 min.

Sculpter, affiner, réduire sont les objectifs du Traitement choc Fango GB dédié aux cuisses, aux fesses et au ventre. Quarante minutes pour redessiner, tonifier et affiner ces importantes parties du corps. Un bandage à base d'un gel osmotique drainant, un enveloppement de boue thermique et d'actifs amincissants dérivés d'algues, un massage modelant à l'aide d'une crème minceur à la caféine en font un traitement choc hautement efficace pour un résultat exceptionnel.

Traitement Fango GB Rafraîchissant Jambes

50 min.

Le traitement idéal pour prévenir et lutter contre les problèmes liés à la fragilité capillaire et à la rétention d'eau. Une synergie de principes actifs d'origine végétale dérivés du ginkgo biloba, du gotu Kola, de l'escine et du ruscus, combinée à la vitamine C, puissant antioxydant, garantit un excellent résultat. Le traitement comprend une application de boue mûre enrichie de principes actifs, suivie d'un bandage rafraîchissant et d'un massage réactivant qui élimine la sensation de lourdeur dans les jambes et réduit le gonflement.

FANGO PLUS EMOTION

Traitements signatures GB Thermæ Hôtels

Fango Plus Emotion Drainant GB

50 min.

Un enveloppement de boue fraîche mélangée à des cosméceutiques formulés avec des cellules staminales de quercia et des phytosomes de centella pour accentuer l'action drainante du fango mature et des eaux thermales. Le traitement se poursuit par un bain aromatique à l'ozone et se termine par un léger massage pour une incroyable sensation de "jambes légères".

Fango Plus Emotion Détoxinant GB

50 min.

Un enveloppement de boue thermique mélangée à des cosméceutiques formulés avec des phytosomes de visnaga, des liposomes amincissants de caféine et de théophylline et des extraits de Melilot et de Chardon-Marie. Suivent le bain thermal et l'application d'une huile vitaminée nourrissante pour garantir l'élimination complète des toxines.

Fango Plus Emotion Energisant GB

50 min.

Un enveloppement de boue mature, enrichie de protéines de lait et de cosméceutiques formulés avec des cellules staminales de Quercia et des polypeptides d'acides aminés essentiels, associés à des vitamines pures (E-A-C-B5) pour la régénération cellulaire. Pour terminer un bain à l'ozone parfumé et un léger massage.

Fango Plus Emotion Relaxation Musculaire GB

50 min.

Ce traitement original est basé sur l'extraordinaire propriété décontractante de la boue thermique, appliquée en une fine couche tiède sur le dos. Pour augmenter l'effet relaxant des huiles essentielles pures de camphre, de mélisse, de lavande, de rose et de citron sont ajoutées à l'application. Pour terminer un bain aromatique d'eau thermique et un doux massage pour appliquer l'huile vitaminée.



BEAUTE DES MAINS & PIEDS

Manucure Luxury

50 min.

Vos mains parlent de vous. Ce traitement les rend douces, hydratées et lumineuses. Une pose de vernis coloré ou nude, complète cette mise en beauté des mains.

Pédicure Luxury

80 min.

Un moment de bien-être qui donne de la légèreté à vos pieds. La peau devient lisse et lumineuse grâce à une délicate exfoliation et à un enveloppement hydratant et nourrissant. Le massage final supprime la fatigue et apporte bien-être et énergie.



PARCOURS PREMIUM THERMAUX ET BIEN-ETRE

Parcours Santé Plus

Boue Mature, l'Argile Bio-Thermale des GB Hôtels d'Abano Terme.

Depuis de nombreuses années, ce parcours est choisi pour ses bienfaits sur l'appareil musculo-squelettique. Il est démontré qu'un cycle de boue thermale induit une augmentation des défenses anti-oxydantes et une action protectrice sur le métabolisme cellulaire.

Chaque séance du programme Santé Plus comprend 3 traitements individuels par jour et 1 heure d'activité en groupe.

- Application de Boue Mature Santé Plus (Argile Bio-Thermale)
- Bain d'eau thermale dynamisée et enrichie en hydro-essences aromatiques
- Massage Deep Tissue Method® 25 min.
- Tisane santé
- Séance collective d'aquagym en piscine thermale du lundi au samedi

La visite médicale est obligatoire pour déterminer la quantité et la modalité d'application des traitements, assurant ainsi un maximum d'efficacité.

Parcours Remise en Forme

Une recharge énergétique idéale pour lutter contre les troubles liés au stress et à la sédentarité.

- 6 Applications de Boue Santé Plus (Argile Bio-Thermale)
- 6 Bains en eau thermale dynamisée et enrichie en hydro-essences aromatiques
- 4 Massages Deep Tissue Method® 25 min.
- 2 Massages orientaux : shiatsu, massage ayurvédique 50 min.
- 4 Traitements au choix parmi : Peeling corps volcanique, Rituel homme Peel & Relax, Nettoyage visage thermal ou délicat, Traitement homme Intensif Age, Traitement Fango GB rafraîchissant jambes, Traitement Visage Antistress
- Tisane santé
- Séance collective d'aquagym en piscine thermale du lundi au samedi

La visite médicale est obligatoire pour déterminer la quantité et la modalité d'application des traitements, assurant ainsi un maximum d'efficacité.



Parcours Antistress & Detox

Le programme est basé sur l'effet synergique entre l'action dépurative provoquée par la diète détox et la stimulation sur le métabolisme induite par l'application de boue et le bain thermal. Une semaine d'alimentation rationnelle permet d'obtenir des résultats rapides aussi bien sur le poids, que sur la dépense calorique globale.

Rencontre avec le nutritionniste, composition du programme diététique, contrôle durant le séjour et plan alimentaire à suivre après le séjour à l'hôtel.

- 7 jours de menu détox
- 6 Séances de Fango Plus émotion avec bain thermal (détoxinant ou énergisant ou drainant)
- 6 Traitements au choix selon prescription médicale : Nettoyage visage thermal ou délicat, Massage hémolympatique, Peeling volcanique ou à la gélatine de fruits, Rituel homme Peel & Relax, Pressothérapie, Lymphodrainage du corps, Traitement visage thermal détoxinant, Traitement homme Intensif Age.
- 6 Massages bien-être ou 6 séances avec Personal Trainer (25 min): "body- toning", gymnastique modelante, gymnastique aérobic et stretching.
- Séance collective d'aquagym en piscine thermale du lundi au samedi

La visite médicale est obligatoire pour déterminer la quantité et la modalité d'application des traitements, assurant ainsi un maximum d'efficacité.

Parcours Voyage autour du Monde

Un voyage au bout du monde à la recherche d'une nouvelle énergie vitale. Une expérience enrichissante pour mieux connaître son corps.

- 1 Fango Plus émotion Relaxant GB avec bain thermal (Abano Terme) 50 min.
- 1 Peeling à la gélatine de fruits exfoliante (Italie) 50 min.
- 1 Massage ayurvédique (Inde) 50 min.
- 1 Shiatsu (Japon) 50 min.
- 1 Bain aux huiles essentielles de jasmin (Egypte) 80 min.
- 1 Hot Stone Thérapie (USA) 80 min.



Week-End Dos

Le centre Idrokinesis est ouvert tous les jours, la solution idéale pour ceux qui disposent de peu de temps et veulent soulager leur mal de dos pendant le week-end. Le programme réservé à l'avance permet la rencontre avec le médecin pour la prescription des traitements.

- 1 Séance de rééducation fonctionnelle posturale et thérapie antalgique 50 min.
- 1 Massage Deep Tissue Method® 50 min.
- 1 Séance d'Idrokinésithérapie en eau thermale 25 min.
- Séance collective d'aquagym en piscine thermale du lundi au samedi

Spa & Idrokinesis

Nettoyer la peau en profondeur, l'hydrater et lui donner de l'éclat, détendre les muscles et atteindre un état profond de relaxation grâce à l'effet relaxant de l'eau thermale et du doux bercement du thérapeute qui vous accompagne avec des mouvements lents et constants.

- 1 Gommage à la gélatine de fruits ou Gommage Volcanique 50 min.
- 1 Massage Bien-être 50 min.
- 1 Séance d'hydrokinésithérapie en eau thermale 25 min.
- Séance collective d'aquagym en piscine thermale du lundi au samedi

Parcours Premium Idrokinesis voir page 13



SERVICES GRATUITS

- 1 Piscine thermale intérieure (36°C) avec espace détente
- 2 Piscines thermales extérieures avec hydromassages (de 31°C à 35°C)
- Cours collectifs d'aquagym en piscine thermale
- Grotte thermale
- Salle fitness
- Prêt de vélos
- 1.5 hectares de parc-jardin
- Peignoir et serviette

Salle Gymnasium

Une salle élégante et raffinée, parfaitement équipée pour un entraînement complet. Musique, appareils de fitness, altères, bancs de musculation et tout ce qu'il faut pour retrouver la forme, l'énergie et de saines habitudes.

Grotte Thermale

L'utilisation régulière de la grotte thermale durant le séjour à Abano est un traitement thérapeutique relaxant qui s'effectue souvent en complément des cures traditionnelles. Détendez-vous dans la grotte thermale, immergé dans un microclimat particulier provoqué par la chaleur et les caractéristiques chimiques et physiques de l'eau thermale vaporisée. La séance déclenche dans l'organisme des phénomènes circulatoires et des mécanismes de thermo-dispersion avec vasodilatation, capillarisation des tissus et intense sudation. C'est un traitement thermal fort utile pour tonifier l'appareil musculaire, mais aussi pour une dépuraton et une détoxination générale, grâce à l'élimination des déchets métaboliques à travers la peau.

Cet ancien traitement naturel a été récemment réévalué et est aujourd'hui proposé en association avec la fango-balnéothérapie dans le traitement des maladies arthrorhumatismales, avec les programmes diététiques pour une action détox et avec le traitement du stress chronique pour favoriser la récupération psychophysique.

INFORMATIONS GENERALES

Nous désirons vous accompagner dans le monde magique de notre Spa et pour rendre votre séjour plus agréable et relaxant, voici quelques informations :

- Il est conseillé de vous présenter dans le Spa au moins 10 minutes avant le début de votre traitement
- L'utilisation du téléphone portable perturbe votre relaxation et celle des autres hôtes, l'usage d'appareil électronique à l'intérieur du Spa est donc interdit.
- Pour un meilleur résultat, les hommes doivent se raser avant d'effectuer des traitements esthétiques.

SPA DRESS CODE

A disposition dans la chambre, peignoirs (blanc et bleu), serviette éponge bleue pour les piscines.

Peignoir blanc : il se porte dans le Spa, lors des visites médicales et des traitements.

Peignoir bleu: Il se porte dans l'espace aquatique.

Shiatsu et activités fitness: porter une tenue confortable et des chaussures de sport.

Hydrokinésithérapie et activité dans l'eau : porter un maillot et un bonnet de bain.

ANNULATION DES TRAITEMENTS

Un traitement pourra être annulé dans un délai d'au moins 4 heures avant l'heure prévue du rendez-vous. L'annulation des traitements (fangothérapie et autres soins) prévus le matin entre 7h00 et 10h00 doit être effectuée la veille avant l'heure de fermeture du SPA. Les traitements et thérapies réservés et non annulés dans les délais indiqués seront facturés.

DOMMAGES ET OBJETS PERDUS

Nous vous recommandons de ne pas laisser vos effets personnels sans surveillance.

Il est préférable de ne porter aucun bijou à la piscine ou durant les traitements. Chaque chambre dispose d'un coffre-fort pour y conserver vos objets de valeur. Les objets trouvés sont consignés à la réception de l'hôtel.



Hotel La Residence & Centre Idrokinesis
Via Monte Ceva, 8 35031 Abano Terme, Italie
Tel +39 049 8247777 - laresidence@gbhotelsabano.it
www.gbhotelsabano.it www.hotelresidenceabano.it www.idrokinesis.it

FR