PALASIET
Wellness Clinic & Thalasso

Programme Thalassothérapie

Programme visant à améliorer les pathologies rhumatismales, telles que l'arthrose, l'arthrite, l'ostéoporose et la fibromyalgie, les pathologies traumatologiques, telles que les contractures musculaires, les cervicalgies, les dorsalgies, les lombalgies et les blessures nécessitant une rééducation, ainsi que les problèmes dermatologiques et circulatoires. Notre équipe médicale programmera une série de techniques et de thérapies personnalisées.

OBJECTIFS

Réduire la douleur et les désagréments associés à diverses pathologies

Renforcer le corps

Faire de l'exercice de manière confortable et efficace

Améliorer la condition physique

DURÉE

7 nuits, 6 jours de soins

DIAGNOSTIC ET SUIVI MÉDICAL

Consultation médicale générale au début et à la fin du programme

Établissement du dossier médical et examen général de santé

Prise des constantes

Analyse clinique avec marqueurs métaboliques

Analyse sanguine

Consultation informative sur la supplémentation

NUTRITION SAINE

Étude de la composition corporelle par bio-impédance

CONSULTATION D'ORIENTATION

Écoute, accompagnement et orientation pendant votre séjour

CONSULTATION SPORTIVE ET PLANIFICATION

Évaluation fonctionnelle avec un entraîneur personnel

CONSULTATION DE PHYSIOTHÉRAPIE

Évaluation fonctionnelle avec un kinésithérapeute

3 Gymnastique thérapeutique supervisée par un kinésithérapeute

APARATOLOGIE

2 Séance de diathermie

TRAITEMENTS DE THALASSOTHÉRAPIE ET TRAITEMENTS SPÉCIFIQUES

5 Parcours biomarin : Circuit en piscine thermale avec de l'eau de mer à 35°C, lits et sièges d'eau, jets cervicaux, jets lombaire, sauna au sel, vaporarium, piscine de contraste et différents types de jacuzzis

6 Parcours phlébite (eau de mer à 24 °C)

2 Thérapies assistées dans l'eau par kinésithérapeute (40 minutes)

2 Bains Thalasso aux algues

2 Boues marines (froides ou chaudes selon prescription)

2 Massage thérapeutique local (40 minutes)

6 Cure d'eau de mer

ACTIVITÉS SAINES

Conférence sur l'alimentation saine

Cours de cuisine saine

ACTIVITÉS PSYCHOCORPORELLES

6 Aquagym en groupe *

3 Activités de groupe au choix parmi : atelier de relaxation, initiation à la méditation, yoga, Pilates, barre dance, étirements des muscles des hanches, tai-chi, réveil vital, marche matinale

** Exercices de haute intensité, dans la piscine extérieure de juin à septembre.*

** Dans certaines activités de groupe, la langue principale est l'espagnol, mais nous proposons toujours une activité alternative si la langue constitue un obstacle pour le client.*

Remarque : les horaires et les jours des activités santé, ainsi que le nombre de séances d'activités psycho-corporelles, peuvent varier en fonction de la semaine et des nuits passées à l'hôtel. Pour accéder à ces activités ou y participer, il est nécessaire de réserver à l›avance à la réception de la clinique.

SUIVI ET RÉSULTATS

Remise d'un rapport médical sur les progrès réalisés

Remise d'un rapport physique des activités ou exercices à poursuivre après le séjour

Tarifs 2026

Tarifs 2026	Basse saison			Moyenne saison			Haute saison		
Prix par personne	Double*	Accomp.*	Indiv.*	Double*	Accomp.*	Indiv.*	Double*	Accomp.*	Indiv.*
Thalassothérapie									
Pension complète									
7 NUITS	1330	1330	1547	1393	1393	1631	1484	1484	1757
SOIN	1211	-	1211	1211	-	1211	1211	-	1211
TOTAL	2541	1330	2758	2604	1393	2842	2695	1484	2968
Demi-pension									
7 NUITS	1029	1029	1246	1092	1092	1330	1183	1183	1456
SOIN	1211	-	1211	1211	-	1211	1211	-	1211
TOTAL	2240	1029	2457	2303	1092	2541	2394	1183	2667

Prix en euros €.

BASSE SAISON : du 06-03 au 31-05 | du 14-09 au 31-12
MOYENNE SAISON : du 01-06 AU 26-07 | du 31-08 au 13-09 et Semaine de Pâques : du 02 au 05 avril
HAUTE SAISON : du 27-07 au 30-08

Prix par personne. TVA incluse.
* Double : prix par personne avec traitement en chambre double.
* Accompagnant : prix pour la personne qui n'effectue pas de traitement et accompagne la personne qui le suit.
* Individuel : hébergement avec traitement en chambre individuelle.
Tous nos séjours en demi-pension ou pension complète offrent un menu avec différents plats au choix au restaurant NATURAL de l'hôtel.
Dans les programmes de demi-pension, la visite avec le nutritionniste n'est PAS incluse

SUPPLÉMENTS

Chambre double supérieure : 35 €/nuit

Chambre double supérieure avec salon : 58 €/nuit