

# Grand Hotel & Spa

URIAGE  
EAU THERMALE

# EDITO

Au cœur des Alpes, dans un écrin naturel préservé, le Spa Thermal d'Uriage invite à une parenthèse de régénération profonde. Ici, tout commence avec une eau unique : l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage à la minéralité exceptionnelle, puisée depuis les profondeurs de la montagne.

Reconnue depuis des siècles pour ses propriétés apaisantes, réparatrices, protectrices et cicatrisantes, cette eau thérapeutique aide à restaurer la santé de la peau, dans un cadre propice au lâcher-prise.

Dans l'environnement unique d'Uriage, faites une expérience immersive pensée pour vous à l'essentiel.

Au Spa Thermal d'Uriage, le temps suspend son cours. Le corps se relâche, l'esprit s'apaise, et une sensation durable de sérénité s'installe naturellement.

# L'univers du Spa Thermal

Profitez dans un cadre privilégié, face au parc d'Uriage, de notre piscine extérieure d'Eau Thermale Réparatrice chauffée à 33°C toute l'année.

Vous apprécierez nos installations : hammam, sauna intérieur et extérieur, jacuzzi extérieur (en période estivale), jardin, salle de relaxation et tisanerie.

## ACCÈS A L'ESPACE BIEN-ÊTRE

Voir conditions d'accès p.37

### Accès libre en journée (2h)

Lun au sam - 11h30 à 13h30

Lun au mer - 14h00 à 16h00

Lun au ven - 16h30 à 18h30

Samedi - 13h00 à 15h00

Dimanche - 9h00 à 11h00

35€ - personne

### Accès libre en nocturne (19h à 21h)

Lundis, jeudis et vendredis

35€ - personne

### Drink & Spa (A partir de 19h45)

- Mardis et mercredis soirs
- Réservé aux femmes.
- 1h30 d'accès à l'espace bien-être
- 1 cocktail par personne et une planche à partager au Bar Lounge.

35€ - personne

### Spa & Délices (De 16h30 à 18h30)

- Du mardi au jeudi
- Accès de 2h à l'espace
- Un apéritif maison au Bar Lounge
- Un dîner à La Table d'Uriage  
(entrée - plat - dessert / hors boissons)

99€ - personne



**CHAPITRE I**  
**Soins & forfaits à l'Eau**  
**Thermale Réparatrice**

# Le bain d'Eau Thermale Réparatrice

Ce soin de 12 min produit un effet apaisant et hydratant pour la peau associé à l'action massante de buses d'air sur l'ensemble du corps.

Un véritable moment de bien-être thermal pour retrouver confort et sérénité.



Bain d'Eau Thermale Réparatrice (12min) 32€

# La douche à jet

Réalisé par une praticienne, ce soin est un jet d'Eau Thermale Réparatrice à pression ajustable. Son action ciblée favorise le drainage des tissus et le relâchement des tensions au niveau des muscles et des articulations.



Douche à jet (8min) 15€

# L'enveloppement de boue thermique

Ce soin est une application d'argile chaude mélangée à notre Eau Thermale Réparatrice pour procurer un effet décontractant, antalgique et calmant sur le dos et les articulations. Notre boue thermique est fabriquée sur place à partir d'argile verte 100% française, certifiée Ecocert.



Enveloppement de boue thermique (20min) 42€

# Nos rituels à l'Eau Thermale Réparatrice

Découvrez nos deux rituels pour une expérience encore plus immersive de nos soins à l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage.

Choisissez le Rituel Terre, un enveloppement de boue thermique de 20min couplé à un massage crânien ou de la voûte plantaire, ou bien allez encore plus loin avec le rituel Terre et Eau pour profitez d'un bain d'Eau Thermale Réparatrice de 12min en plus.



Rituel Terre (20min)	47€
Rituel Terre et Eau (35min)	84€
Rituel Terre et Eau + accès spa 2h	101€

# La Découverte

Ce forfait est une parenthèse de détente idéale pour découvrir les bienfaits de l'Eau Thermale Réparatrice. Une formule parfaite pour se ressourcer le temps d'une demi-journée. Il comprend :

1 soin au choix parmi :

- Enveloppement de boue thermique
- Bain d'Eau Thermale Réparatrice
- Douche à jet

+ 3h d'accès à l'espace bien-être



La Découverte 75€

# La Grande Découverte

La Grande Découverte est conçue pour une immersion plus approfondie dans l'univers du Spa Thermal d'Uriage afin de relâcher les tensions et retrouver une sensation durable de bien-être. Il comprend 2 soins au choix parmi :

- Enveloppement de boue thermique
- Bain d'Eau Thermale Réparatrice
- Douche à jet

+ 3h d'accès à l'espace bien-être



La Grande Découverte 95€

# La Tradition Thermale

La Tradition Thermale allie les bienfaits de la cure thermale au plaisir d'un moment de détente privilégié. Il comprend 3 soins :

- Enveloppement de boue thermale
- Bain d'Eau Thermale Réparatrice
- Douche à jet ou aquagym 30min (à 10h10)

+ 1 soin au choix parmi :

- Un massage thérapeutique sous Eau Thermale Réparatrice (15min)
- Un soin sur-mesure de 30min
- Un modelage sous Eau Thermale Réparatrice (30min)

+ 3h d'accès à l'espace bien-être



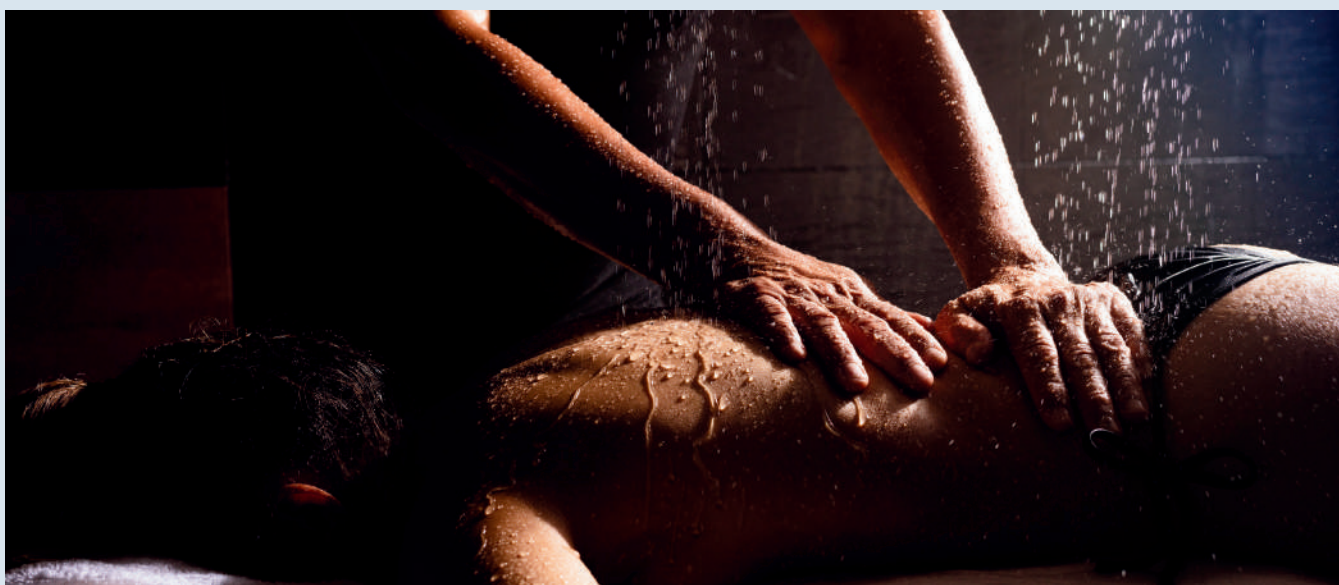
La Tradition Thermale 145€

## CHAPITRE II

# Les massages thérapeutiques sous Eau Thermale Réparatrice

# Les massages thérapeutiques sous Eau Thermale Réparatrice

Réalisé par un kinésithérapeute, ce soin associe les vertus reconnues de l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage à des techniques de massage ciblées. Sous l'action apaisante et réparatrice de l'eau, les tensions se relâchent, la mobilité est favorisée et le corps retrouve confort et bien-être.



À LA CARTE

+ ACCÈS SPA 1H

15 min	45€	62€
30 min	65€	82€
50 min	100€	117€

# CHAPITRE III

## Les modelages sous Eau Thermale Réparatrice

# Modelage sous Eau Thermale Réparatrice

Réalisé par l'une de nos praticiennes, ce soin sous Eau Thermale Réparatrice combine une technique de modelage enveloppante aux bienfaits de l'Eau.

Cette expérience unique favorise la détente musculaire, libère les tensions et procure relaxation et bien-être.



À LA CARTE

+ ACCÈS SPA 1H

30min

55€

72€

# Modelage à 4 mains sous Eau Thermale Réparatrice

Les mouvements coordonnés des praticiennes, associés aux vertus apaisantes de l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage, procurent un lâcher-prise profond, favorisent la détente musculaire et invitent à un véritable voyage.



30min

À LA CARTE

99€

+ ACCÈS SPA iH

116€

# Source Jeune Maman

Pensé pour accompagner les jeunes mamans après la naissance, ce soin allie les propriétés apaisantes de l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage aux bienfaits d'un modelage ciblé. Il soulage les zones sollicitées au quotidien, pour retrouver confort, et bien-être.

Il comprend :

- U rituel terre (20min)
- Un modelage à 4 mains sous Eau Thermale Réparatrice (30min)

+ 3h d'accès à l'espace bien-être



Source Jeune Maman 160€

# CHAPITRE IV

## Les soins sur-mesure

# Le modelage sur-mesure

En choisissant notre soin emblématique, laissez-vous guider par l'inspiration du moment, votre inspiration. Notre soin sur-mesure est pensé comme une parenthèse unique, créée pour répondre à vos besoins du jour.



SOIN SUR-MESURE - 30 min  
+ Accès d'une heure à l'espace bien-être inclus

70€

SOIN SUR-MESURE - 60 min  
+ Accès d'une heure à l'espace bien-être inclus

110€

# Soin Jambes Légères

Offrez à vos jambes une sensation de fraîcheur et de légèreté grâce à ce soin dédié. Par des gestes ciblés et dynamisants, il aide à stimuler la circulation, à soulager les sensations de fatigue et à délasser les jambes sollicitées. Il comprend :

- Gommage des jambes (10min)
- Enveloppement cryodrainant (20min)
- Modelage drainant des jambes (30min)



Soin Jambes Légères (60min)  
+1h d'accès à l'espace bien-être

110€

# Soin réflexologie plantaire

Offrez à vos pieds une attention particulière avec ce soin. Grâce à des pressions douces et précises sur les zones réflexes du pied, la réflexologie plantaire aide à délasser les pieds fatigués, à relâcher les tensions et à procurer une profonde sensation de légèreté. Un moment de bien-être idéal. Le soin comprend :

- Gommage pieds (10min)
- Réflexologie plantaire esthétique (50min)



Réflexologie plantaire (60min)  
+1h d'accès à l'espace bien-être

110€

# Soin Future Maman

Pensé pour accompagner les futures mamans passé le 1er trimestre de grossesse, ce soin propose un modelage adapté aux besoins de la femme enceinte. Une parenthèse de douceur pour se reconnecter à soi et vivre pleinement ce moment unique.



Soin Future Maman (60min) 110€  
+1h accès à l'espace bien-être

# CHAPITRE V

## Les soins bien-être

# Modelage aux huiles à 4 mains

Les mouvements harmonieux et coordonnés des deux praticiennes, associés à la douceur des huiles de modelage, invitent à une profonde détente. Ce soin favorise le relâchement des tensions pour un moment de relaxation tout en douceur.



Modelage aux huiles  
à 4 mains (30min)

À LA CARTE + ACCÈS SPA 1H

89€

106€

# Soin Escapade Zen

Accordez-vous une expérience de bien-être complète, pensée pour revitaliser le corps et révéler l'éclat du visage. Ce rituel associe douceur, relaxation et expertise pour offrir à la peau confort et souplesse.

Il comprend :

- Gommage corporel (15min)
- Modelage corporel (30min)
- Soins du visage (45min)



	À LA CARTE	+ACCÈS SPA 1H
Escapade Zen (1h30)	134€	151€

**CHAPITRE VI**  
**Les soins du visage**

# Soin du visage énergisant

Véritable coup d'éclat pour la peau, ce soin du visage énergisant aide à réveiller et revitaliser les traits. Grâce à un démaquillage, gommage et modelage du visage il élimine les impuretés, stimule la peau et favorise un teint plus frais et reposé. Un soin idéal pour retrouver une peau revitalisée et un visage visiblement reposé.



Soin du visage énergisant (45min) 60€

# Soin du visage hydratant

Véritable source de confort pour la peau, ce soin apporte l'hydratation essentielle elle a besoin pour retrouver souplesse, douceur et confort durable. Idéal pour les peaux en manque d'hydratation, il laisse le teint frais, les traits détendus et procure une agréable sensation de bien-être.



Soin du visage hydratant (45min) 60€

# Soin du visage rééquilibrant

Spécialement conçu pour les peaux sujettes aux imperfections, ce soin du visage purifiant révèle un teint plus lumineux. La peau est plus fraîche, plus saine et apaisée.



Soin du visage rééquilibrant (45min) 60€

# Soin du visage Kobido

Redécouvrez l'harmonie avec le soin Kobido, un rituel japonais ancestral qui lifte, lisse et révèle l'éclat naturel de votre peau. Ce soin allie massage précis et profonde relaxation, éveillant à la fois l'épiderme et l'esprit. Vivez une expérience de bien-être rayonnant, de l'intérieur comme de l'extérieur.



Soin du visage Kobido (45min) 80€

# Soins du visage Renaissance

Ce soin du visage anti-âge aide à atténuer les signes visibles du temps et à redonner de l'éclat au teint. Il favorise la souplesse et la fermeté de la peau, tout en apportant confort et nutrition.



Soin Renaissance (60min)  
+1 d'accès à l'espace bien-être 110€

# CHAPITRE VI

## Les formules duo

# Nos formules en duo

## DUO GOURMET & SPA

- Un soin “sur-mesure” de 30min par personne
- Un enveloppement de boue thermale, une douche à jet ou un bain d’Eau Thermale Réparatrice par personne
- 3h d’accès à l’espace bien-être
- 2 menus à “La Table d’Uriage” entrée - plat - dessert (hors boissons) valable du mardi au vendredi midi

**270€**

## DUO DÉGUSTATION & SPA

- Un soin “sur-mesure” de 30min par personne
- Un enveloppement de boue thermale, une douche à jet ou un bain d’Eau Thermale Réparatrice par personne
- 3h d’accès à l’espace bien-être
- 2 menus en 6 services à “La Table d’Uriage” (hors boissons) valable du mardi au vendredi soir + samedi midi et soir

**376€**

## BIEN-ÊTRE PARTAGÉ

- Un soin “sur-mesure” de 50min par personne
- 1h d’accès à l’espace bien-être

**170€**

## SOURCE JEUNES PARENTS

- Un soin “sur-mesure” de 45min par personne
- 3h d’accès à l’espace bien-être

**210€**



CHAPITRE VII  
La cure premium  
en rhumatologie

# La cure premium en rhumatologie

Profitez des bienfaits de tous les actifs de l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage lors de votre cure conventionnée en rhumatologie au Spa thermal d'Uriage. Efficace sur les phénomènes douloureux tels que l'arthrose, les rhumatismes inflammatoires chroniques, les tendinites, la fibromyalgie ou encore les rhumatismes des pieds et des mains, cette cure vous offre un libre accès à l'espace bien-être sur la demi-journée avec un supplément spa de 841€.

Pour tout renseignement, veuillez contacter directement le Spa Thermal (04 76 89 29 00)



## LES SOINS THERMAUX PROPOSÉS

**Piscine thermoforme** : Mobilisation en douceur tout en profitant des vertus de l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage.

**Enveloppement de boue** : La boue thermale chaude est appliquée sur les zones à traiter pour une action décontractante, antalgique, calmante et relaxante. La boue thermale chauffée à 45°C est appliquée sur les zones à traiter.

**Bain d'Eau Thermale Réparatrice** : Bain hydromassant avec des jets d'eau sous pression, qui permet un massage séquentiel des cervicales à la plante des pieds.

**Massage sous affusion** : Massage pratiqué par un masseur-kinésithérapeute sous une pluie d'Eau Thermale Réparatrice alliant le massage à l'effet décontractant de l'eau thermale.

**Douche à jet** : Pulvérisation d'Eau Thermale Réparatrice, à pression ajustable, procurant un effet émoulliant et décongestionnant au niveau cutané, et un effet sédatif et décontractant au niveau des articulations et du rachis.

# Nos abonnements

Au Spa Thermal d'Uriage, le bien-être se cultive dans la durée. Parce que prendre soin de soi mérite de devenir un véritable rituel, nos abonnements ont été pensés pour vous permettre de prolonger les bienfaits de l'Eau Thermale Réparatrice d'Uriage au fil des saisons.

**Carte de fidélité espace bien-être (10 séances)**

Valable 1 an

**315€**

**Tradition thermale - 3 jours (consécutifs)**

**385€**

5 jours (consécutifs)

**640€**

6 jours (consécutifs)

**770€**

10 jours (valable 1 an)

**1315€**



# Règlement et informations pratiques

## HORAIRES

Du lundi au samedi de 8h30 à 19h  
Ouvert les jours fériés

## CONDITIONS DE DÉROULEMENT DES SOINS

Se présenter 15 min avant le début des soins.

Nos soins d'hydrothérapie et de bien-être sont destinés à des personnes de plus de 18 ans.

L'accès au spa se fait accompagné(e) d'un parent à partir de 16 ans.

## CODE VESTIMENTAIRE

Le port du maillot de bain est obligatoire.

Short de bain interdit.

Il est demandé de ne pas apporter de bijoux ou d'objets de valeur.

Accès libre & nocturnes : se munir de tongs et d'une serviette

Soins à la carte et formules : Linge et tongs fournis

## LOCATION / VENTE

Maillot de bain H/F à la vente (15€)

Location de chaussures, peignoirs (H/F), draps de bain (2€)

## CONTRE-INDICATIONS

Certains soins présentent des contre-indications, notamment pour les femmes enceintes. Demandez conseil à notre équipe.

## POLITIQUE D'ANNULATION / ARRIVÉE TARDIVE

Toute annulation devra être signifiée au moins 48h avant le début des soins. Dans le cas contraire, nous ne pourrons donner lieu au remplacement ou remboursement du soin réservé. Une arrivée tardive ne pourra pas entraîner une prolongation des soins.

**PENSEZ A RÉSERVER VOS SOINS À L'AVANCE**



# SPA THERMAL D'URIAGE

Réserveation

04 76 89 29 00

[institut.etu@uriage.com](mailto:institut.etu@uriage.com)

Réserveation en ligne et achat de bons cadeaux

[www.grand-hotel-uriage.com/fr](http://www.grand-hotel-uriage.com/fr)

60 place Déesse Hygie, 38410 Uriage les Bains

