

**Luchon**  
LES THERMES  
Pyrénées-vous !

# THERMES DE LUCHON

*La cure et le bien-être au cœur des Pyrénées*

SAISON 2021





# Sommaire



THERMES DE LUCHON : 5 à 27



LES MESURES COVID : 28



ESPACE BIEN-ÊTRE : 29 à 49



LA VILLE DE LUCHON : 51 À 73



SE LOGER : 74 à 84



COMMERCES : 85 à 86





## Luchon, 2000 ans de thermalisme

### BALNEUM LIXONENSE POST NAEAPOLITENSE PRIMUM \*

*\* Les Thermes de Luchon sont les premiers après ceux de Naples*

Une renommée deux fois millénaire qui consacre les vertus thérapeutiques des eaux de Luchon.

C'est à l'époque romaine que naissent les premiers Thermes, Bagnères de Luchon était alors appelée Ilixon, nom de la déesse des eaux.

Il est donc tout naturel qu'elle fasse partie du réseau EHTTA, Association Européenne des Villes Thermales Historiques.

Pour découvrir son passé, rien de plus agréable que de parcourir ses parcs et jardins de style romantique très en vogue à la Belle Époque. Ses beaux bâtiments et ses villas bourgeoises, plutôt atypiques en montagne lui donnent un certain cachet qui fait l'unanimité chez les vacanciers.

Deux fois millénaire, première station thermale des Pyrénées, grâce notamment à la qualité de ses eaux hyperthermales, les plus sulfurées des Pyrénées,

Luchon bénéficie d'un environnement et d'un climat exceptionnels.

Ville de montagne au cadre unique avec ses 13 sommets pyrénéens culminant à plus de 3 000 mètres, ville touristique aux multiples activités ludiques et sportives, Luchon est aussi unique en Europe avec son Vaporarium naturel, seul hammam à posséder des galeries longues de plus de 150 mètres. Le lieu rêvé pour prendre un bain de vapeur d'eau thermale...

Au cœur des Pyrénées, dans un environnement qui favorise la rupture avec le quotidien allergène et polluant, Luchon bénéficie d'inépuisables ressources en eaux thermales. Au fil des siècles, leur grande qualité a installé la ville parmi les premières stations thermales françaises pour les voies respiratoires et la rhumatologie.

# Aquacert

## L'EAU CERTIFIÉE






AQUACERT EST LA CERTIFICATION QUALITÉ-  
SÉCURITÉ DES PROFESSIONNELS DE L'EAU



### Conditions exceptionnelles :

L'Établissement Thermal est certifié **Aquacert® HACCP Thermalisme** depuis le 25 octobre 2013. Cette certification **Aquacert® HACCP Thermalisme** qui est une démarche avant-gardiste et un gage de reconnaissance dans le secteur thermal, a été renouvelée en 2020 et en 2021.

L'obtention de la certification vient saluer une politique volontariste visant à garantir :

-  la maîtrise des risques sanitaires sur l'établissement,
-  l'amélioration de la qualité des soins,
-  une écoute permanente envers les attentes des curistes,
-  un suivi médical optimal tout au long de la cure,
-  la valorisation du savoir-faire et des compétences du personnel au travers des procédures et des pratiques mises en œuvre.

Sur un plan plus opérationnel, les avancées pour les Thermes sont la mise en place de protocoles de soins et de procédures pour la surveillance sanitaire, formalisés et rigoureux, la mise en œuvre de bonnes pratiques d'hygiène dans tous les services, l'évaluation et le suivi des installations techniques (forages, stockages, distribution, traitement thermique...), le suivi permanent de la qualité de nos produits thermaux (eaux, boues, gaz, vapeurs) au travers d'autocontrôles bactériologiques, la formation et le maintien des compétences pour l'ensemble du personnel, l'exploitation des requêtes des curistes de façon hebdomadaire, et une gestion maîtrisée des alertes sanitaires.

La maîtrise du risque sanitaire passe aussi par le suivi continu de deux étapes clés de nos processus de distribution d'eau thermale, à savoir la maîtrise du traitement de nos piscines en eaux thermales qui fait l'objet de relevés quotidiens et la gestion des chocs thermiques sur nos réseaux (montée en températures au-delà de 65 °C sur l'ensemble de nos réseaux) pour éviter tout risque de contamination sur les postes de soins. La réussite de ce projet est pour vous une garantie de sérieux et d'amélioration continue de la gestion des risques sanitaires et des prestations de soins délivrées dans notre établissement.



Pour que **votre réservation puisse être confirmée**, nous vous demandons de nous retourner la présente fiche dûment remplie, accompagnée **impérativement** d'un chèque de 50€ par personne à l'ordre des Thermes de Luchon.

Les curistes pris en charge à 100 % par leur caisse d'affiliation sont **exonérés** du versement des arrhes mais doivent fournir la copie du volet 2 délivré par la Caisse d'Assurance Maladie ainsi que la photocopie du questionnaire de demande de cure.

### RENSEIGNEMENTS ADMINISTRATIFS

M.  Mme

Nom : ..... Nom de jeune fille : .....

Prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : ..... Téléphone : .....

..... Portable : .....

Code postal : ..... E-mail : .....

Ville : ..... N° de sécurité sociale : .....

À renvoyer avec votre fiche de réservation, le volet n°2 intitulé « Forfait Thermal » délivrés par votre caisse d'assurance maladie.

**VOTRE CAISSE D'ASSURANCE MALADIE**  CPAM **CMU** :  oui  non  autre : .....

### ACCOMPAGNANT CURISTE

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : ..... E-mail : .....

### VOTRE 1<sup>ER</sup> JOUR DE CURE

Date de votre 1<sup>er</sup> jour de cure : .....

Horaires de soins souhaités :  début de matinée  fin de matinée

Horaires déterminés par nos services en fonction des places disponibles à la date de réception de votre réservation. Les dates et horaires de cure pourront être révisés une seule fois, à votre demande. Toute annulation devra être accompagnée d'un certificat médical, l'acompte vous sera remboursé.

### CURES CONVENTIONNÉES 18 JOURS

#### CATÉGORIE DE CURE :

STANDARD

PREMIUM

#### AVEC UNE SEULE ORIENTATION :

ORL / VOIES RESPIRATOIRES

RHUMATOLOGIE

#### OU AVEC DEUX ORIENTATIONS :

ORL / VOIES RESPIRATOIRES ET RHUMATOLOGIE

RHUMATOLOGIE ET ORL / VOIES RESPIRATOIRES

**PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES :**  Fibromyalgie (18 jours) : 130 € \*\*\*  Sevrage tabagique (18 jours) : 130 € \*\*\*

Disponible seulement avec une cure avec une seule orientation.

### CURE LIBERTÉ (ordonnance obligatoire)

ORL / Voies respiratoires (6 jours) : 180€  Supplément RH : 105€  Supplément PREMIUM 10€/jour

Rhumatologie (6 jours) : 210€  Supplément ORL : 90€  Supplément PREMIUM 10€/jour

Cure famille (6 jours pour 2 personnes) : 240 € + 90 € /personne supplémentaire

Juniors ORL / Voies respiratoires (6 jours) (jusqu'à 14 ans) : 120€

Juniors ORL / Voies respiratoires (10 jours) (jusqu'à 14 ans) : 150€



## MÉDECINS

### MÉDECIN QUI VOUS A PRESCRIT LA CURE

Nom : .....

Prénom : .....

Généraliste  Spécialiste .....

Adresse : .....

.....

.....

Code postal : .....

Ville : .....

N° Prescripteur (identification) noté sur la demande de prise en charge : .....

### NOM DE VOTRE MÉDECIN DE CURE

ORL Nom : .....

Rendez-vous le : ..... à ..... heures.....

RH Nom : .....

Rendez-vous le : ..... à ..... heures.....

Prenez rendez-vous avec votre médecin thermal avant votre arrivée dans notre station (liste ci-dessous)

### INFORMATIONS AUX ASSURÉS SOCIAUX

Votre demande de prise en charge doit être déposée auprès de la Caisse dont vous dépendez au minimum trois semaines avant le début de votre cure. L'orientation thérapeutique (ou la double orientation) doit figurer correctement sur votre prise en charge. Merci de joindre la photocopie.

### INFORMATIONS HÉBERGEMENT

Réservez en toute simplicité en écrivant à l'adresse : [luchon-reservation@luchon.com](mailto:luchon-reservation@luchon.com) ou en téléphonant au 05 61 79 59 59

### PRISE EN CHARGE

Dans l'attente de la réception de votre prise en charge, pensez à consulter votre compte AMELI. Votre prise en charge peut vous y avoir été envoyée et non par courrier.

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### VOTRE HÉBERGEMENT EN CURE

Hôtel  Location  Camping  Collectivité  Domicile  Autre : .....

Informations nécessaires, si nous nous trouvons dans l'obligation de vous raccompagner.

Adresse du logement : ..... N° appartement : .....

Nom et prénom du logeur : .....

VOUS AVEZ DÉJÀ RÉALISÉ UNE CURE À LUCHON  non  oui, nombre : ..... Dernière année de cure : .....

VOTRE CATÉGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE  Agriculteur  Artisan  Cadre  Employé  Ouvrier

Profession libérale  Étudiant  Retraité  Autre : .....

TRANSPORT  Voiture  Train  Avion  Autre : .....

ACCOMPAGNANT(S) NON CURISTE(S)  non  oui, nombre : .....

## LISTE DES MÉDECINS THERMAUX

**DR. ANDRÉ DELOR**  
Médecine générale  
Résidence Continental  
22 allées d'Etigny  
05 61 79 00 84

**DR. JEAN-PAUL LADRIX**  
O.R.L. - Allergologue - D.I.U. Tabacologie  
13 avenue Jean Boularan  
05 61 79 11 47  
Fax : 05 61 79 49 97  
[jeanpaul.ladrix@wanadoo.fr](mailto:jeanpaul.ladrix@wanadoo.fr)

**DR. PATRICK MORTAGNE**  
O.R.L.  
Villa Emeraude  
4 avenue Jean Boularan  
05 61 79 20 05

**DR. ROLAND PAGES**  
Rhumatologue Manipulations vertébrales  
Villa Emeraude  
4 avenue Jean Boularan 05 61 79 20 05  
et 05 61 79 75 78

**DR. BRIGITTE PIERRE**  
O.R.L.  
Résidence de Bourguesdon  
7 avenue Paul Bonnemaïson  
05 61 79 01 08

**DR. ÉRIC TULIPPE**  
O.R.L. - Homéopathe  
1 rue de l'étoile  
09 67 52 27 81

**DR. KHALED RAMMAH**  
Acupuncture par laser  
5 rue du docteur Germès  
05 61 95 56 08  
et 06 14 45 14 60  
[docteur@rammah.net](mailto:docteur@rammah.net)

**DR. FRANÇOISE THURON**  
Homéopathe  
Résidence du Casino  
6 avenue Jean Boularan  
05 61 79 05 66

## DATE ET SIGNATURE

Fiche à renvoyer à :

**THERMES DE LUCHON**  
SERVICE DE RÉSERVATION  
Cours des Quinconces  
BP 81 - 31110 Bagnères-de-Luchon

SERVICE DE RÉSERVATION  
Tél. 05 61 94 52 65  
email : [resa.cure@thermes-luchon.fr](mailto:resa.cure@thermes-luchon.fr)

Tél. 05 61 94 52 52  
Fax : 05 61 94 52 51  
[www.thermes-luchon.fr](http://www.thermes-luchon.fr)





## Les bénéfices d'une cure thermale

« À ce jour une soixantaine d'essais cliniques randomisés ont été publiés dans des revues internationales parmi les plus exigeantes en matière de recherche clinique appliquée à une thérapeutique non médicamenteuse. En rhumatologie, avec près de 75 % des prescriptions de cure thermale en France, l'efficacité des soins thermaux est démontrée sur une durée de 3 à 6 mois sur la douleur, le handicap, la qualité de vie des patients et/ou leur consommation médicamenteuse (antalgiques, anti-inflammatoires...) dans de nombreuses indications : arthrose du genou et de la main, spondylarthrites ankylosantes, fibromyalgie, lombalgies chroniques, et la Haute Autorité de Santé de même que la ligue européenne contre les rhumatismes (EULAR) recommandent le thermalisme.

Les bienfaits de cure sont durables, et surtout sans effets indésirables, à la différence des médicaments, en rhumatologie notamment avec les anti-inflammatoires non stéroïdiens. C'est pourquoi une cure thermale est prescrite comme alternative aux médicaments même si elle peut l'être également en complément de traitements « classiques ». Plus largement en matière de Service Médical Rendu, il faut en effet ajouter aux actions multiples et convergentes liées aux propriétés physiques des eaux thermales et de leurs dérivés (boue, gaz thermal, vapeur d'eau), aux techniques de soins, à l'environnement climatique, la présence permanente de médecins thermaux qui ne sont pas là pour prescrire mais pour sensibiliser à la prévention et apprendre à mieux vivre avec sa maladie, clé d'une véritable éducation à la santé. »

Professeur Patrice QUENEAU

Rhumatologue,  
membre de l'Académie Nationale de Médecine



## Les sources thermales

Les eaux thermales de Luchon sont des eaux sulfurées sodiques, alcalines, hyperthermales, dont la teneur en soufre est l'une des plus élevées, non seulement des stations pyrénéennes, mais également de France et d'Europe.

Jusqu'en 1979, 18 sources distinctes par leur température, leur sulfuration, leur débit et leur radioactivité, étaient regroupées selon leur localisation dans les galeries, en groupe Nord et groupe Sud. Les filets d'eau étaient recueillis dans 118 griffons répartis dans les galeries creusées dans le roc, derrière et tout le long des bâtiments thermaux. Le mélange de ces eaux sulfurées, profondes et chaudes, avec les eaux de surface liées aux précipitations, de température bien plus basse, pouvait engendrer des risques de pollution. Pour remédier à cette situation, plusieurs forages furent réalisés, dont le dernier en 2009.

Aujourd'hui, trois d'entre eux, s'enfonçant de 170 m à 730 m sont exploités, F2 Reine, F8 Pré et F9 Filhol. Leur température est respectivement de 72 °C, 65 °C et 50 °C. La circulation des eaux dans la roche est particulièrement longue : une datation au carbone 14 évalue leur âge à 14 000 ans.

# Que soigne-t-on à Luchon ?



## ORL & VOIES RESPIRATOIRES

Vous souffrez d'inflammation, d'infection de la sphère ORL ou des bronches, vous êtes atteint de façon chronique, vous êtes sujet à de fréquentes récurrences, vous avez un terrain allergique.

- Rhino-sinusites infectieuses ou allergiques.
- Rhinites atrophiques.
- Écoulements postérieurs chroniques.
- Pathologies de l'oreille moyenne avec composante tubaire : otites séro-muqueuses avec ou sans aérateurs, otites moyennes aiguës récurrentes, otites chroniques suppurées ou non.
- Rhino-pharyngites de l'adulte et de l'enfant, angines à répétition (si chirurgie non indiquée), amygdalites cryptiques,
- Laryngites catarrhales et laryngopathies fonctionnelles des professionnels de la voix,
- Trachéo-bronchites chroniques avec ou sans dilatation des bronches, isolées ou associées à une sinusite,
- Asthme surinfecté, bronchite asthmatiforme.



## RHUMATOLOGIE

Vous souffrez de rhumatismes dégénératifs ou d'origine inflammatoire, votre vie quotidienne est incommodée par des douleurs contraignantes, vous voulez diminuer votre consommation médicamenteuse.



- Arthrose vertébrale : Cervicalgies, dorsalgies, lombalgies, sciatiques
- Troubles statiques rachidiens, cyphose et scoliose chez l'adulte
- Arthrose de grosses articulations : hanches, genoux... et leurs périarthrites.
- Arthrose des extrémités : mains en particulier.
- Séquelles de traumatisme.
- Suites de chirurgie : hanches, colonne vertébrale...
- Algodystrophies.
- Rhumatismes inflammatoires en dehors des poussées aiguës
- Polyarthrites rhumatoïdes
- Fibromyalgie
- Spondylarthrite ankylosante
- Rhumatisme psoriasique
- Douleurs de l'ostéoporose, raideurs articulaires.

# Les soins thermaux



## ORL & VOIES RESPIRATOIRES

### LES SOINS EFFECTUÉS PAR LE MÉDECIN THERMAL :

- Douches pharyngiennes
- Insufflations tubaires
- Lavage des sinus par la méthode de Proëtz

### LES SOINS EFFECTUÉS PAR LE CURISTE

**LUI-MÊME**, muni d'un appareillage individuel et personnel en vente à la boutique des Thermes :

- Lavages de nez
- Irrigations nasales
- Gargarismes
- Nébulisations
- Pulvérisations
- Aérosols
- Humages
- Hydrothérapie buccale
- Cures de boisson

### LES SOINS EFFECTUÉS PAR UN AGENT THERMAL :

- Douches au jet
- Applications de boues cervicales

### LES SOINS EFFECTUÉS PAR LES MASSEURS KINÉSITHÉRAPEUTES :

- Rééducation respiratoire
- Drainage postural

### LES SOINS EFFECTUÉS PAR LE CURISTE LUI-MÊME :

- Vaporarium
- Piscine de relaxation
- Douches locales
- Pédiluve



## RHUMATOLOGIE

### LES SOINS EFFECTUÉS PAR LE PERSONNEL THERMAL :

#### Bains sulfurés avec chromothérapie

- Aérobain
- Bains à pression variables
- Bains douche en immersion
- Bains avec douche sous-marine

#### Douches :

- Douche générale au jet
- Douches locales

#### Vapeurs sulfurées :

- Étuve générale
- Étuves des mains
- Vapeurs dirigées
- Vaporarium

#### Soins locaux

- Ilutations (applications locales de boues)
- Bains de boue des mains et des pieds

#### Soins Collectifs

- Piscine de mobilisation
- Piscine de relaxation



## Avis d'un médecin thermal ORL de Luchon

« Parmi les moyens thérapeutiques utilisés dans le traitement médical des pathologies ORL, la crénothérapie sulfurée reste un adjuvant précieux dont il faut rappeler l'intérêt à la fois préventif et curatif. Certes, l'évaluation de l'efficacité de la crénothérapie sur les affections ORL est difficile car les critères d'appréciation sont multiples et les enquêtes épidémiologiques objectives rares. Sa prescription repose donc encore largement sur l'Expérience qui n'est pas toujours remplaçable par l'Expérimentation.

Rappelons cependant qu'une étude prospective réalisée par Laroche<sup>(1)</sup> en 1987 à la demande de la caisse nationale d'assurance maladie, a permis d'évaluer l'impact de la crénothérapie sur l'état de santé des malades. En conclusion, nous pensons que la crénothérapie sulfurée en ORL ne doit pas être ignorée mais au contraire s'inscrire dans un schéma thérapeutique d'ensemble, surtout comme moyen préventif avant l'apparition des séquelles, mais aussi comme méthode curative si l'on n'a pas pu éviter ces dernières. »

<sup>(1)</sup> LAROCHE C. : *Le suivi d'une cohorte de 3000 curistes pendant 3 ans par le service national du contrôle médical du régime général.* – Bulletin Académie Nationale de Médecine 1987.

# Station spécialisée pour les enfants

*La station de Luchon est l'alliée des enfants,  
elle réserve un accueil tout particulier aux jeunes curistes.*

## LES CURES ORL/VOIES RESPIRATOIRES

### ASSURES SOCIAUX :

Ce sont des cures de prévention des rechutes et des séquelles (otites, angines, asthme...)

lorsque la fréquence des récurrences pose des problèmes scolaires ou altère l'état général.

Cures JUNIOR (14 ans) ORL / VOIES RESPIRATOIRES\*  
(6 soins / jour)

- 6 JOURS ..... 120 €
- 10 JOURS ..... 150 €

\*Non prises en charge par l'Assurance Maladie  
- Prescription médicale obligatoire.

### SALLE DE JEUX GARDÉE :

située dans le bâtiment Prince Impérial des Thermes.

Pour une cure en toute sérénité, notre Établissement Thermal prend gracieusement en charge vos enfants de 6 à 12 ans pendant les périodes de vacances scolaires. Réservez auprès de nos hôtesses ou par téléphone au 05 61 79 22 97 (nombre de places limité).

### CRÈCHE CANTONALE RAMONDIA :

La crèche Ramondia, situé à Montauban- de-Luchon, est ouvert du lundi au vendredi de 7 h 30 à 18 h 30 aux jeunes enfants de 10 semaines à 4 ans. Selon les disponibilités pour l'accueil occasionnel réservation à faire au minimum 4 semaines avant l'arrivée.

Tarifs en fonction des revenus et du quotient familial.

Tél. / fax : 05 61 79 19 03

E-mail : [creche.ramondia@ccphg.fr](mailto:creche.ramondia@ccphg.fr)

Site Web : [www.cc-pyreneeshautgaronnaises.fr](http://www.cc-pyreneeshautgaronnaises.fr)

### CENTRE DE LOISIRS LES MARMOTTONS :

Pendant les vacances scolaires de la zone C et les mercredis l'équipe des Marmottons concocte des programmes très alléchants pour occuper les jeunes de 3 à 11 ans. À chaque tranche d'âge ses animations sportives, culturelles, ludiques, scientifiques.

Pensez à inscrire votre enfant au minimum 2 semaines à l'avance.

Tél. : 05 61 79 79 23 ou au 06 07 86 90 50

E-mail : [lesmarmottons@ccphg.fr](mailto:lesmarmottons@ccphg.fr)

Site Web : [www.cc-pyreneeshautgaronnaises.fr](http://www.cc-pyreneeshautgaronnaises.fr)

### MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE :

La MJC accueille les jeunes de 11 à 17 ans. La MJC de Luchon s'inscrit dans les valeurs et les missions de l'éducation populaire. Au cœur du projet, l'épanouissement de la personne par l'accès à l'éducation et à la culture est privilégié. Clubs d'activités, Espace Jeunes, animations locales et culturelles.

Tél. : 05 61 79 25 44

E-mail : [mjcluchon@gmail.com](mailto:mjcluchon@gmail.com)

### AUTRES ACTIVITÉS SUR PLACE

#### ET AUX ALENTOURS :

Skate park, city park, Parcours BMX, minigolf, tennis, aires de jeux, jardins, piscine de plein air, trampoline, manège, gyropode, petit train touristique, centre équestre, parc animalier Aran Park, cinéma, randonnées et diverses animations thématiques tout au long de la saison (Pâques, 14 Juillet et 15 Août, Fête des Fleurs enfantine, etc...).





## Les cures Libertés à la carte

### À vous de choisir !

*Les contraintes de la vie professionnelle permettent difficilement de consacrer 3 semaines à une cure thermale. Or l'effet préventif du thermalisme procure un mieux-vivre évident.*

*C'est pour cela que les Thermes de Luchon ont créé les cures « Liberté ».*

*À vous de choisir votre cure à la carte, pour vous faire du bien !*

Ces mini-cures ne sont pas prises en charge par l'Assurance Maladie • Durée 6 jours • Ordonnance médicale obligatoire.

#### **RHUMATOLOGIE (4 soins / jour)**

**210 €**

• 30 € / jour supplémentaire • Supplément PREMIUM 10 € / jour • Supplément double orientation : 90 €

#### **ORL / VOIES RESPIRATOIRES (6 soins / jour)**

**180 €**

• 25 € / jour supplémentaire • Supplément PREMIUM 10 € / jour • Supplément double orientation : 105 €

#### **CURES FAMILLE ORL VOIES RESPIRATOIRES (6 soins / jour)**

**240 €**

• Pour 2 personnes (parent / enfant, couple) • 90 € par personne supplémentaire



## Programmes complémentaires spécifiques

Réservation obligatoire (3 personnes minimum par cure) • Non remboursés par l'Assurance Maladie

### FIBROMYALGIE (18 JOURS)

130 €

- 4 groupes de parole (dont un avec accompagnant)
- 3 séances collectives de sophrologie
- 1 séance collective d'hypnose
- 3 séances d'activité physique adaptée
- 1 séance d'Activ'marche
- 1 séance de marche Nordique
- 1 séance de renforcement musculaire (Bungy Pump)
- 1 massage par Masseur Kinésithérapeute
- 2 séances de lit hydromassant

Soins adaptés à la symptomatologie particulière des patients fibromyalgiques (température & pression des jets) dans le cadre du forfait Rhumatisme.

#### SESSIONS 2021

29 mars – 17 avril  
19 avril – 08 mai  
10 - 29 mai  
31 mai – 19 juin  
21 juin – 10 juillet  
12 – 31 juillet  
02 – 21 août  
23 août – 11 septembre  
13 septembre – 02 octobre  
04 – 23 octobre  
25 octobre – 13 novembre

### CURE SEVRAGE TABAGIQUE (18 JOURS)

130 €

- 2 groupes de parole
- 1 séance de lit hydromassant
- 2 séances d'hypnose individuelle
- 2 séances sophrologie collective
- Accès libre pendant 3 semaines à la salle de sport avec coaching

#### 4 SESSIONS 2021

03 – 22 mai  
07 – 26 juin  
05 – 24 juillet  
09 – 28 août





## Espace Premium

*L'Espace Premium regroupe tous les soins ORL / VR et rhumatismes.\*  
Vous profiterez d'un environnement feutré et raffiné pour effectuer  
la totalité de votre cure dans des conditions exceptionnelles.  
L'Espace est ouvert du 12 avril au 30 octobre*

\* Sauf vaporarium, piscine et pratiques médicales complémentaires

### Un accueil personnalisé vous est réservé

Prestations comprises :

- Un espace dédié pour l'inscription et les démarches administratives (la réservation est obligatoire).
- Les soins effectués en cabine médicale sont prioritaires dans le quart d'heure qui suit votre horaire de rendez-vous.
- Équipements spécifiques à l'Espace Premium : hammam, salle de repos, piscine, presse quotidienne, boissons chaudes, fontaines à eau... (sous réserve des mesures sanitaires COVID).
- Serviettes chaudes à disposition et peignoirs de qualité supérieure.
- 1 séance de lit hydrojet offerte par semaine de cure.
- Un personnel qualifié à votre écoute et à votre service tout au long de votre séjour pour vous garantir la meilleure satisfaction.

**Les tarifs pour effectuer votre cure varient entre 20 € et 35 € par jour. Les tarifs ou services sont susceptibles d'être modifiés selon les conditions sanitaires.**





# Comment réserver une cure thermale ?

## LA PRESCRIPTION

Consultez votre médecin qui remplira la « demande de prise en charge » en indiquant notamment le lieu et l'orientation de votre cure : LUCHON RH (rhumatologie) ou LUCHON VR (voies respiratoires).

La procédure de prise en charge (régime obligatoire) : Adressez le formulaire, après l'avoir complété, à votre Caisse d'Assurance Maladie. S'il est donné en octobre ou novembre, il restera valable jusqu'à la fin du 1er trimestre de l'année suivante. S'il est donné en décembre, il restera valable toute l'année suivante. En retour, vous recevrez un document constitué de deux ou trois volets, selon les imprimés délivrés par les Caisses pour votre remboursement.

- Le volet 1 est destiné à votre médecin thermal dont les honoraires sont remboursés à 70 %.
- Le volet 2 est à envoyer par courrier avec votre fiche d'inscription ou par le formulaire d'inscription sur le site internet [www.thermes-luchon.fr](http://www.thermes-luchon.fr) pour bénéficier du tiers-payant du régime obligatoire.
- Le volet 3, délivré suivant le plafond de ressources, ou si vous êtes en accident de travail ou maladie professionnelle, vous permet de bénéficier des prestations supplémentaires relatives aux frais d'hébergement et de transport.

## LA RÉSERVATION

- Le médecin thermal : Prenez soin de prendre rendez-vous avec le médecin de votre choix (voir liste page 26)
- Le bulletin de réservation joint à votre guide : Il est indispensable pour toutes cures ORL-Voies Respiratoires et Rhumatologie. Vous devez l'accompagner d'un versement d'arrhes de 50 € (chèque à l'ordre de «Thermes de Luchon») par personne seule ou 100 € par couple ou par famille (parents-enfants). Ces arrhes seront déduites de la facture lors de votre inscription.



- Le volet 2 est à renvoyer avec votre fiche d'inscription aux thermes. Pour les réservation en ligne, vous devez nous l'envoyer par mail via un formulaire que vous recevrez après paiement des arrhes. En ligne sur notre site internet : [www.thermes-luchon.fr](http://www.thermes-luchon.fr). Il facilitera les démarches lors de votre arrivée en cure. Vérifiez que les orientations prescrites figurent bien sous la formule VR pour ORL / Voies Respiratoires et RH pour Rhumatologie et correspondent à la demande de prise en charge. À Luchon, il est possible de bénéficier d'une prescription en « double orientation ».

Si vous en bénéficiez, assurez-vous que l'ordre est conforme à la prescription. De même, vérifiez le nom de la Station Luchon. Enfin, le tampon et la signature de votre Caisse doivent être apposés au bas de tous les volets. En retour de votre bulletin de réservation et des documents demandés, vous recevrez une confirmation de réservation avec l'heure et la date du rendez-vous d'accueil.

- L'hébergement : consultez les pages 74 et suivantes de ce magazine ou contactez la Centrale de Réservation de l'Office de Tourisme au 05 61 79 59 59 ou sur [www.pyrenees31.com](http://www.pyrenees31.com)

Pour les cures Rhumatologie, nous vous conseillons d'éviter, dans la mesure du possible, la période de plus grande fréquentation, de mi-septembre à mi-octobre 2021.

## PRISE EN CHARGE

Dans l'attente de la réception de votre prise en charge, pensez à consulter votre compte AMELI. Votre prise en charge peut avoir été envoyée sur votre compte et non pas par courrier. Le règlement s'effectue lors de votre dernière semaine de soins, les paiements en 3 fois sont acceptés. Nous vous rappelons que pour prétendre au remboursement, les 18 jours de soins doivent être effectués. Nous conserverons le volet n°2 de votre prise en charge, les autres volets étant à transmettre à votre CPAM dès votre retour.



## Comment se déroule une cure thermique ?

*Rendez-vous chez votre médecin thermal : c'est votre premier interlocuteur. Médecin libéral exerçant en ville, il peut être généraliste, spécialiste en ORL ou en Rhumatologie. Il effectue des soins à l'Établissement Thermal mais consulte dans son cabinet en ville.*

### LA CONSULTATION MÉDECIN :

À effectuer avant de vous rendre aux Thermes. Le médecin thermal établira votre ordonnance de cure à l'issue de votre première consultation.

Les consultations et les actes médicaux accomplis pendant la durée de cure sont à régler directement au médecin. (N'oubliez pas le volet 1 et Votre dossier médical : radiographies, ordonnances des traitements en cours...). Le règlement pour la consultation est de 80 € pour une orientation et de 120 € pour deux orientations.

### MATÉRIEL DE CURE ORL :

Le matériel de cure ORL est disponible à la boutique des Thermes. Il est à la charge du curiste.

### L'INSCRIPTION :

Rendez-vous aux guichets situés dans le hall du Vaporarium. L'hôtesse vous remettra votre planning de soins en échange :

- du volet 2 de votre prise en charge,
- de votre ordonnance,
- de votre confirmation de réservation,
- de la copie de votre attestation Vitale ou de votre carte d'assuré social.

Parce que chaque traitement thermal est personnalisé, le médecin thermal a besoin de connaître son patient avant d'établir une prescription : ses antécédents médicaux, ses traitements en cours et les recommandations de son médecin traitant. Durant trois semaines, il veille au bon déroulement de la cure et éventuellement modifie la prescription selon la tolérance de l'organisme aux soins ou l'évolution de l'état du curiste. La visite de fin de cure est l'occasion d'un bilan. Votre médecin thermal vous indiquera comment optimiser les bénéfices de votre cure et communiquera ses conclusions à votre médecin traitant. Tous les médecins thermaux sont conventionnés.

#### LES PREMIERS SOINS :

Votre carte de cure vous indique vos soins. Ceux-ci sont détaillés dans un planning journalier.

Suivez ces indications et rendez-vous aux salles ou cabines de soins désignées. Les hôtesses seront à votre disposition pour vous orienter dans l'Établissement. Ne venez pas aux soins sans votre carte de cure. Elle doit être validée chaque jour pour chaque soin effectué. Il est important de respecter vos horaires de rendez-vous pour votre propre confort et celui des autres curistes. Les serviettes de bain et les peignoirs sont fournis par l'Établissement Thermal. En dehors de vos effets personnels, prévoyez des sandales antidérapantes, un maillot et un bonnet de bain qui sont obligatoires.

Attention, du fait de notre environnement soufré, le port de bijoux est déconseillé, ceux-ci pouvant présenter à terme une altération. De plus, l'Établissement Thermal décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objet personnel.

- Prévoir un accompagnant pour les personnes handicapées ou dépendantes.
- Par mesure d'hygiène, les animaux ne sont pas admis au sein de l'Établissement, même aux heures de visites.

#### DERNIÈRE SEMAINE DE CURE

Règlement de votre cure (montant restant à votre charge : mutuelle + sécurité sociale)

#### LE DERNIER JOUR DE CURE :

N'oubliez pas de restituer votre carte de cure à l'accueil de l'établissement afin d'obtenir une attestation de fin de cure que vous adresserez à votre mutuelle pour remboursement, selon les garanties souscrites.

#### PRIX LIMITE DE FACTURATION :

Depuis le 1er mars 2014 :

Pour les assurés sociaux du Régime Général, les Établissements Thermaux pratiquent le tiers payant.

Lorsque le curiste est pris en charge à 65 %, il paie donc les 35 % complémentaires + le complément tarifaire. S'il est pris en charge à 100 %, il ne paiera que le complément tarifaire. N'hésitez pas à vous rapprocher de votre mutuelle afin de savoir si elle prend en charge le complément tarifaire. Les bénéficiaires de la CMU-C ou les personnes disposant de l'attestation du droit à l'aide à l'Acquisition Santé (ACS) ne sont pas concernés : seul le Tarif Forfaitaire de Responsabilité leur sera appliqué.

Cures assurés sociaux, forfait de base – hors forfait de kinésithérapie : sous réserve de modification par la CNAMTS, les tarifs susceptibles d'être modifiés.

- Rhumatismes RH1 : 510,51 €
- Voies Respiratoires VR1 : 449,95 €

#### LES HONORAIRES DU MÉDECIN THERMAL\* :

Forfait de surveillance : les honoraires du médecin thermal comportent un forfait de surveillance de la cure au cabinet médical de 80 € et pour une cure en double orientation de 120 €. Les pratiques médicales complémentaires effectuées aux Thermes, en cabine, par le médecin thermal, sont facturées en plus du forfait de surveillance.



## Vos accessoires de cure

- Maillot de bain et bonnet pour les soins en piscine ou en Rhumatologie.
- Sandales antidérapantes pour circuler à l'intérieur de l'Établissement.
- Foulard ou écharpe pour vous protéger au sortir d'une séance d'inhalation thermique.
- Quelques vêtements chauds car même l'été les soirées peuvent être fraîches.
- Munissez-vous de mouchoirs en papier.
- 1 jeton ou 1 euro pour les casiers du vestiaire.
- Serviettes, peignoirs et sac de cure vous seront fournis par l'Établissement Thermal.



# Informations pratiques

## ÉTABLISSEMENT THERMAL

Parc des Quinconces - 31110 Luchon

Tél. : 05 61 94 52 52

Fax : 05 61 94 52 51

[www.thermes-luchon.fr](http://www.thermes-luchon.fr)

E-mail : [contact@thermes-luchon.fr](mailto:contact@thermes-luchon.fr)

Service réservations :

Tél. : 05 61 94 52 65

E-mail : [resa.cure@thermes-luchon.fr](mailto:resa.cure@thermes-luchon.fr)

Ouverture des thermes :

du 29/03 au 13/11/2021



**HORAIRES D'OUVERTURE** : Ces horaires peuvent être modifiés en fonction des besoins.

Mars / Avril / Mai : 7 h 00 - 12 h 25

Juin : 7 h 00 – 12 h 25

Juillet / Août : 7 h 00 – 12 h 25

Septembre / Octobre : 6 h 05 – 12 h 55

Novembre : 7 h 00 – 12 h 25



**HEURES D'INSCRIPTION**

Les guichets d'inscription sont ouverts tous les jours, le matin de 7 h 15 à 11 h 30 et également les lundis et mardis de 14 h 30 à 17 h 30. L'établissement est fermé tous les dimanches ainsi que le 1<sup>er</sup> mai.



**BOUTIQUE**

Vente matériel de cure, linge de bains, sandales de cure, cartes postales, etc...

Horaires : lundi, mardi et samedi de 7h30 à 11h30 ; mercredi, jeudi et vendredi de 7h30 à 9h30.



**CAR THERMAL GRATUIT**

Le service de car thermal gratuit comprend deux navettes qui bouclent le tour de la ville le matin, toutes les 30 min. Attention, si vous prenez votre véhicule personnel, le stationnement aux alentours de l'Établissement Thermal est réglementé en zone bleue, pensez à mettre en vue le disque bleu.

# Liste des médecins thermaux



**Dr André DELOR**, Résidence Continental, 22, allées d'Etigny, 05 61 79 00 84

**Dr Jean-Paul LADRIX O.R.L - Allergologue - D.I.U.Tabacologie**, 13, avenue Jean Boularan  
05 61 79 11 47 Fax : 05 61 79 49 97 jeanpaul.ladrix@wanadoo.fr

**Dr Patrick MORTAGNE O.R.L**, Villa Émeraude, 4, avenue Jean Boularan  
05 61 79 20 05

**Dr Roland PAGES, Rhumatologue, Manipulations vertébrales**, Villa Émeraude -  
4, avenue Jean Boularan  
Tél / Fax : 05 61 79 20 05 et 05 61 79 75 78

**Dr Brigitte PIERRE O.R.L**, Résidence de Bourguesdon, 7, avenue Paul Bonnemaïson  
05 61 79 01 08

**Dr Khaled RAMMAH Acupuncture par laser** 5, rue du docteur Germès  
05 61 95 56 08 et 06 14 45 14 60 docteur@rammah.net

**Dr Françoise THURON Homéopathe**, Résidence du Casino, 6, avenue Jean Boularan  
05 61 79 05 66

**Dr Éric TULIPPE O.R.L – Homéopathe**, 1, rue de l'Étoile  
09 67 52 27 81

## Médecins généralistes (non thermaux)

**Dr Élodie SINCA** 5, cours des Quinconces 05 61 79 94 02

**Dr Pauline BONNEAU** 5, cours des Quinconces 05 61 79 94 02

### MÉDECIN DE GARDE

Nuit, week-end et jours fériés : composer le 39 66 -  
Urgences vitales : composer le 15

# Liste des services de santé



## PHARMACIES

### PHARMACIE DES ALLEES

27 allées d'Etigny 05 61 79 00 24 / Fax : 05 61 79 31 23

pharmaciedesallees441@orange.fr

### PHARMACIE D'ETIGNY

52 allées d'Etigny 05 61 79 00 51 / Fax : 05 61 79 56 00

pharmacie.etigny@offisecure.com

Parapharmacie – Matériel médical – Conseil Nutrition Bio – Chaussures confort –

Contention veineuse

### PHARMACIE DES PYRENEES

6 place du Maréchal Joffre 05 61 79 01 41 / Fax : 05 61 79 30 23

declide64@gmail.com

Spécialiste matériel médical – Animations et conseils beauté – Homéopathie –

Phytothérapie - Nutriothérapie

### PHARMACIE DES THERMES

5 allées d'Etigny 05 61 79 01 25

Herboristerie, homéopathie, phytothérapie, location de pèse-bébé, location de matériel médical

## UNITE D'AUTODIALYSE

5 cours des Quinconces (l'unité est située derrière le Centre de Rééducation Fonctionnelle)

Prendre rendez-vous auprès de la Clinique Saint Exupéry à Toulouse

05 61 17 33 33 Fax : 05 61 79 32 05 (Luchon)

francoise.lagrange@clinique-saint-exupery.com

## LABORATOIRE DE BIOLOGIE MEDICALE CERBALLIANCE PYRENEES

4 place Gabriel Rouy 05 61 79 15 39 / Fax : 05 61 79 16 99

claudepinos@cerballiance.fr www.cerballiancepyrenees.fr

du lundi au vendredi : de 7h30 à 12 h et de 14 h à 18 h, le samedi : de 7h30 à 12 h.

# Les mesures COVID



## L'établissement thermal : un établissement de soins sécurisés

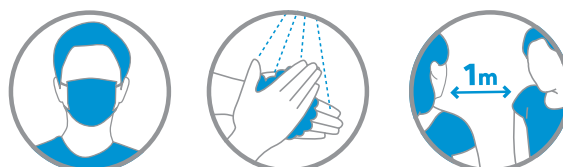
L'Établissement Thermal fait l'objet d'une double série de mesures : certaines sont désormais bien connues et s'appliquent à tous les Établissements Recevant du public, d'autres sont spécifiques aux Thermes.

### Côté Thermes

- l'établissement a désigné un référent Covid-19 et tous les personnels sont formés à l'application des mesures spéciales prises dans le contexte de la Covid-19,
- le personnel est doté d'un trousseau d'Équipements de Protection Individuelle, adapté à chaque environnement de soins et à chaque activité,
- la ventilation/aération des locaux a été adaptée pour favoriser le renouvellement en air neuf,
- l'accès à l'établissement thermal est en permanence contrôlé pour éviter une trop forte concentration de personnes au même moment,
- la signalétique a été conçue pour vous accompagner tout au long de votre parcours de soins,
- les protocoles de nettoyage/désinfection avec des produits virucides ont été renforcés (fréquence, surfaces de contact, méticulosité,...),
- les protocoles de certains soins ont été aménagés,
- la fréquentation des bassins est limitée à 1 personne pour 2m<sup>2</sup> (1 personne pour 4m<sup>2</sup> plages incluses). En outre, la chloration ne permet pas au virus de survivre dans les bassins,
- lorsque la distance entre deux postes de soins ne permet pas le respect de la distance de 1m, la vacance d'un poste sur deux est organisée ou une cloisonnette en plexiglass est installée entre deux postes contigus.
- les soins collectifs en voies respiratoires ont été suspendus.
- l'établissement s'est engagé auprès de son Agence Régionale de Santé à respecter les recommandations inscrites dans le Référentiel sanitaire de la profession.

### Côté Curistes

- l'état de santé des curistes fait l'objet d'un suivi régulier. Dans les 15 jours qui précèdent son arrivée, chacun est invité à valider, si besoin en prenant l'attache de son médecin traitant ou du médecin thermal, que la venue en cure n'est pas contre-indiquée ; pendant le séjour, le curiste est suivi par son médecin thermal. Un test de dépistage de la Covid-19 par RT-PCR chez tout curiste dans les trois jours précédant le début des soins thermaux ou la mise en évidence d'une séroconversion avérée seraient utiles, sans toutefois être obligatoires.
- le port du masque est obligatoire dès l'entrée dans l'établissement thermal (le curiste doit se le procurer lui-même). Seuls les soins en piscine et certains soins des voies respiratoires et des affections des muqueuses bucco-linguales ne sont pas soumis à cette obligation,
- le nettoyage ou la désinfection des mains sont obligatoires à l'entrée de l'établissement thermal est fortement recommandé entre chaque soin,
- la distance de 1m de tous côtés doit être respectée (à l'exception de certains soins qui ne peuvent être réalisés qu'au contact ou à proximité du curiste). Cette distance s'impose en particulier dans les zones d'attente, lors des déplacements et des croisements dans les soins (ex : couloir de marche),
- enfin chaque curiste est appelé à faire preuve de civisme et de responsabilité : hygiène personnelle, autosurveillance des symptômes, respect des gestes barrières, entretien des masques lorsqu'ils sont lavables.



**Luchon**  
BIEN-ÊTRE  
Pyrénées-vous !

# ESPACE BIEN-ÊTRE

*Le bien-être au cœur des Pyrénées*

SAISON 2021



## Espace Vaporarium

### Vaporarium naturel unique en Europe

**L**e Vaporarium, le seul et unique hammam naturel en Europe, un lieu magique à découvrir. Empruntez les galeries souterraines pour prendre un véritable bain de vapeur naturelle, où l'eau thermale de Luchon, à 72°C, filtre à travers les parois de ces galeries de 150m pour créer une chaleur douce et humide comprise entre 38°C et 42°C. Le Vaporarium est idéal pour l'équilibre pondéral, le nettoyage de la peau, la relaxation musculaire et l'élimination des toxines.

Les bienfaits de la nature et de l'eau thermale.

Laissez-vous surprendre par ce lieu magique, profitez des eaux et de leurs propriétés thermales reconnues en vous relaxant dans une piscine à 34°C équipée de lits à bulles, d'hydrojets et cols de cygnes. Pourquoi ne pas vous laisser tenter par une douche au jet, un bain hydro massant, une application de boue thermale ou un agréable moment de massage ou de soins esthétiques ?

Nous vous proposons également l'accès à 2 saunas, l'un à infrarouge l'autre traditionnel pour parfaire votre parenthèse de relaxation...

*Ouverture de cet espace selon les autorisations préfectorales liées aux contraintes sanitaires actuelles*



# Vapo / Piscine

*Toutes nos cartes et abonnements sont valables  
du jour de votre achat jusqu'au 13/11/21*

1 entrée à l'Espace Vaporarium	16 €
Tarif moins de 18 ans et étudiants	12 €
Carte de 5 entrées non nominatives	69 €
Carte de 10 entrées nominatives	106 €
Carte de 10 entrées non nominatives	128 €
Carte ambassadeur : carte nominative vous permettant l'accès gratuit au Vaporarium et sa piscine sous condition de venir accompagné d'une personne payant plein tarif	39 €

Conditions d'accès à la prestation :

- 12 ans minimum
- Pour les hommes : slip ou boxer de bain obligatoire
- Port du bonnet de bain
- Pour les déplacements à l'intérieur de nos espaces : port de tongs ou sandales de piscines propres.
- Nous vous prêtons une serviette de bain. Pour votre confort, nous tenons à votre disposition en location des peignoirs. Vous pouvez également amener votre linge de bain si vous le souhaitez.

Ventes & location

Tongs	2 €
Bonnet de bain	2 €
Location Peignoir	2 €
Maillot de bain femme/homme du 12 ans au 3XL	10 €

*Retrouvez nos jours et heures d'ouverture sur notre site internet.*





# Soins en eau thermale

Nos hydrothérapeutes vous proposent des soins en eau thermale.

Ces soins peuvent se faire selon le calendrier d'ouverture et les disponibilités tant dans notre Espace Premium que dans l'Espace Vaporarium.

- Si prestation côté Premium, le tarif comprend un rendez-vous au spa composé d'un hammam et d'une piscine à jets en eau thermale. Vous avez également accès à notre salle de repos au décor unique agrémenté d'une infusion Bio pour parfaire votre détente et votre bien-être.
- Si prestation côté Vaporarium, le tarif comprend l'accès au Vaporarium, à sa piscine de relaxation en eau thermale et aux saunas.

		Côté Vapo	Côté Premium
<b>Jet tonique modelant (8 min)</b>	Puissant jet d'eau thermale réalisé sur l'ensemble du corps favorisant le tonus et la vitalité	24 €	29 €
<b>Bain Hydromassant (20min)</b>	Hydromassage par jets dans une baignoire équipée en chromothérapie. Ce soin vous apporte une relaxation totale pour l'apaisement du corps et de l'esprit	29 €	34 €
<b>Bain hydromassant aromatique (20 min)</b>	Supplément d'aromathérapie aux vertus relaxantes, détox, toniques ou jambes légères au choix	32 €	37 €
<b>Application de boue thermale (20min)</b>	Ce soin permet de reminéraliser l'organisme en oligo-éléments et sels minéraux. Il a un effet antalgique et anti-inflammatoire. La zone d'application est à choisir entre les épaules /cervicales, la colonne vertébrale et les lombaires.	29 €	34 €
<b>Lit hydrojet (20 min) au Premium exclusivement</b>	Relaxation, détente profonde, minceur et circulation. Reposez en apesanteur sur le matelas d'eau chauffée, sans contrainte musculaire. Des jets aux mouvements elliptiques vous massent afin de vous procurer une libération du stress, un bien-être.		34 €
<b>Forfait Forme</b>	2 soins au choix parmi les 5 précités	45 €	52 €
<b>Forfait Bien-être</b>	3 soins au choix parmi les 5 précités	59 €	68 €
<b>Forfait Plénitude</b>	2 soins au choix parmi les 5 précités et un massage relaxant de 20 minutes	77 €	84 €



Nos forfaits sur plusieurs jours s'effectuent côté Vaporarium, pour les forfaits de 4 jours et plus, possibilité selon vos souhaits de faire une journée côté Premium afin de découvrir cet espace :

	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours
Forfait Forme	81 €	121 €	153 €	180 €	216 €
Forfait Bien-être	106 €	159 €	200 €	236 €	283 €
Forfait plénitude	138 €	207 €	261 €	308 €	369 €

## Les bienfaits de l'eau sulfurée

En amont de Luchon, l'eau s'infiltre dans les granites de Bossost, en Espagne, pour venir ensuite jaillir ici 14 000 ans plus tard !

La température de l'eau atteint 130°C à la profondeur maximale.

Actuellement, un forage nous permet de capter l'eau à une profondeur de 133 mètres, à une température de 74°C.

À son arrivée dans l'établissement, et uniquement au dernier moment, cette eau est refroidie à une température de 42°C. D'un côté, de l'eau froide circule dans des plaques isolées, par contact, et non par mélange, elle refroidit l'eau chaude. Afin de ne pas dégrader l'eau, celle-ci est stockée dans des bâches alimentaires à l'abri de l'air avant d'être utilisée pour vos soins.

Le bain sulfureux est indiqué dans le traitement des problèmes musculaires, osseux, articulaires, cutanés, ainsi qu'apaisant et déstressant.

Les problèmes de jambes lourdes, les chevilles enflées et les crises rhumatismales disparaissent sans laisser de trace avec le bain sulfureux. Après quelques bains, vous retrouverez forme et santé !



Nos cabines de soins sont situées sur l'Espace Vaporarium et sur l'Espace Premium.

Nous vous proposons de bénéficier le jour de votre soin ou massage d'un accès promotionnel à 12 € au Vaporarium et sa piscine ou au Spa du Premium.

Vivez la sensation du bien-être absolu et ressourcez-vous à Luchon au cœur des Pyrénées... Grâce à la douceur du gommage, la délicatesse du modelage, la chaleur du hammam et de l'enveloppement, votre esprit est ailleurs et votre peau comblée.

## Beauté du visage

<b>Soin coup d'éclat</b>	Soin frais et vivifiant comprenant les premières étapes d'un soin du visage afin de donner un coup d'éclat immédiat et retrouver un teint lumineux.	20 min	39 €
<b>L'essentiel</b>	Ce soin visage est personnalisable, il permet de s'adapter aux différents types et états de peaux afin de corriger les déséquilibres cutanés.	45 min 1h15	65 € 79 €
<b>Soin au naturel</b>	Soin à base de matières premières d'origine naturelle : Miel, aloé vera, huile de coco et spiruline sont les maîtres mots du soin. Idéale pour les peaux réactives et ou sensibles.	45 min	65 €
<b>Soin Anti-Age</b>	Soin anti-rides, lissant, tonifiant et régénérant. Alliant efficacité des produits et des techniques manuelles spécifiques repulpantes. Soin préventif, premières rides et peaux matures.	45 min 1h15	69 € 89 €
<b>Soin des P'tites Marmottes (8 à 14ans)</b>	Soin aux ingrédients doux et naturels pour une peau protégée et hydratée	20 min	39 €



## Beauté du corps

Gommage	<p>Gommage tonifiant et revitalisant pour une peau douce qui retrouvera tout son éclat et sa souplesse.</p> <p>Choix du gommage en cabine avec votre praticien(ne) afin de s'adapter au mieux aux besoins de votre peau.</p>	20 min	39 €
Jambes légères	<p>Soin anti-fatigue, pour lutter contre la sensation de jambes lourdes dues à une mauvaise circulation lymphatique, à la chaleur, ou suite à une activité sportive ayant sollicité les jambes.</p> <p>Ce soin comprend un massage doux et drainant suivi d'un enveloppement frais type cryothérapie au camphre et menthol.</p>	45 min	59 €
Soin silhouette	<p>Soin raffermissant et amincissant comprenant un massage manuel aux techniques spécifiques anti-eau/anti-capitons suivi d'un enveloppement thermique. Les zones ciblées sont les cuisses, le fessier, et le ventre.</p>	45 min	69 €
Pause plénitude	<p>Soin comprenant un enveloppement au choix parmi : les algues (reminéralisant), la pulpe de coco (hydratante) et la poudre de coton avec de l'aloé vera (nourrissant et adoucissant).</p> <p>Suivi d'un massage relaxant de tout le corps.</p>	1h15	89 €
Balade 4 saisons	<p>Laisser vous transportez au rythme des saisons en réalisant le gommage du moment, suivi d'un massage du corps.</p> <p>Massage de la face dorsale pour le soin en 45 min et massage de tout le corps pour le soin en 1h15.</p>	45 min	69 €
		1h15	89 €



## Massages

<p><b>Massage Balinais</b></p>	<p>Massage d'origine Indonésienne associant relaxation, douceur et tonicité. Réalisé avec une huile au jasmin, ce massage est composé de lissages profonds, de mobilisations des membres et d'étirements sportifs afin d'assouplir les muscles et les articulations.</p>	<p>45 min</p>	<p>69 €</p>
<p><b>Massage Lomi-Lomi</b></p>	<p>D'origine Hawaïenne, ce massage est une véritable invitation au voyage. Effectuer essentiellement avec les avant-bras, laisser vous transporter par les effluves de Monoï et par le rythme des vagues.</p>	<p>45 min</p>	<p>69 €</p>
<p><b>Massage à la bougie</b></p>	<p>Une invitation au lâcher prise grâce à une bougie se transformant en huile de massage tiède. Ce massage relaxant est un anti-stress naturel. Les senteurs des bougies varient en fonction des saisons.</p>	<p>45 min</p>	<p>69 €</p>
<p><b>Réflexologie plantaire Bien-Être</b></p>	<p>Pressions du bout des doigts réalisées sur l'ensemble du pied. Chaque point correspond à un organe de notre corps. Ce soin permet de retrouver un équilibre autant physique que psychique.</p>	<p>45 min</p>	<p>69 €</p>
<p><b>Shiatsu Bien-Être</b></p>	<p>Issu de la médecine traditionnelle Japonaise, ce massage se base sur l'énergie vitale. Pratiqué sans huile, nous exerçons des pressions le long des méridiens afin de mobiliser les énergies et ainsi de « débloquer » les nœuds émotionnels qui ont pu se constituer. Une réharmonisation complète du corps et de l'esprit.</p>	<p>45 min</p>	<p>69 €</p>

<b>Massage aux pierres chaudes</b>	Massage apaisant et décontractant réalisé avec des galets de basalte d'origine volcanique. L'effet combiné de la chaleur des pierres, de l'huile et des manœuvres manuelles de votre praticienne vous offre un véritable instant de lâcher prise.	45 min	69 €
<b>Piste rose post cancer</b>	Massage sur mesure destiné aux personnes touchées par la maladie. Nos praticiennes s'adaptent à vos besoins tout en respectant les zones encore sensibles de votre corps. Relaxation immédiate grâce à des techniques spécifiques et régénération de la peau avec une huile à l'amande douce.	45 min	69 €
<b>Hors-piste</b>	Massage relaxant sur mesure, au choix parmi ces 3 zones : les mains, les pieds ou visage et cuir chevelu.	20 min	39 €
<b>Piste bleue</b>	Massage relaxant, composés de manœuvres douces et enveloppantes. Idéal pour les premiers massages afin de dénouer les tensions du corps tout en procurant du bien-être.	20 min 45 min	39 € 59 €
<b>Piste rouge</b>	Massage tonique, composés de manœuvres rythmées et dynamisantes. Idéal pour les personnes voulant stimuler leur corps. Il soulage les douleurs musculaires, dénoue les tensions et élimine les toxines.	20 min 45 min	49 € 69 €
<b>Massage des P'tites Marmottes (de 10 à 14 ans)</b>	Nous proposons pour vos enfants une invitation au monde du bien-être grâce à un massage relaxant du corps réalisé avec un baume à la barbe à papa.	20 min	39 €
<b>Massage du mois</b>	Renseignements à l'accueil	45 min	69 €

Nous vous proposons des cartes nominatives de forfaits massages valables du jour de votre achat au 13/11/2021 :

Si prix unitaire de	Carte de 3 massages	Carte de 6 massages
39 €	105 €	198 €
49 €	132 €	249 €
59 €	159 €	300 €
69 €	186 €	350 €



# En supplément de votre soin, une séance de **biorésonance Z Violyne**

Violyne est un équipement de biotechnologie qui a deux actions principales :

- Remonter le niveau d'énergie des cellules de votre corps.
- Amélioration du sommeil profond et réparateur.

Les résultats sont les suivants :

- Meilleure forme physique.
- Meilleur mental.
- Réduction de la douleur.
- Amélioration du sommeil profond et réparateur.

Cette séance peut se faire simultanément à un soin esthétique moyennant un supplément de :

5€ pour les soins de **20 minutes**

10€ pour les soins de **45 minutes**

12€ pour les soins de **1h15**

Cette séance peut également se faire seule au prix de :

15€ les 25 minutes

120 € la carte de 10 séances de 25 minutes



## Nouveauté **Bol d'air Jacquier**

Notre capacité à utiliser l'oxygène de l'air diminue en raison de nombreux facteurs comme la pollution, les conditions de vie, le stress, le vieillissement, la maladie et le port du masque...

Le Bol d'air apporte une solution à la sous-oxygénation cellulaire (hypoxie) qui en découle

Avec le Bol d'air, l'organisme est simplement et naturellement mieux oxygéné :

- la respiration cellulaire s'effectue sans risque de stress oxydatif lié au déficit ou à l'excès d'oxygène
- la fonction mitochondriale s'améliore :
  - accroissement de la production d'énergie
  - renforcement des défenses anti radicalaires
- la biodisponibilité de l'oxygène est améliorée.

6€ la séance de **6 minutes**

60€ la carte de 12 séances de **6 minutes**





## Maman et bébé, autour de la parentalité

Nous proposons toute une gamme de soins dédiés à la future maman, jeune maman et au bébé.

Tant émotionnellement que physiquement, ces derniers mois ont été réjouissants, pétillants mais aussi éprouvants. Il est temps de penser à vous en vous chouchoutant afin d'appréhender sereinement votre future et nouvelle vie de Maman.

<b>Massage femme enceinte</b>	45 min	69 €
<b>Cours individuel massage parent / bébé</b>	45 min	69 €
<b>Cours collectif d'apprentissage au massage parent/bébé (entre 2 et 6 binômes par séance)</b>	Séance découverte de 45 minutes	25 € la séance
	Forfait de 5 séances de 45 minutes	100 €
<b>Séance de biorésonance Zviolyne pour la future maman ou la maman, séance possible accompagnée du bébé</b>	Séance découverte de 25 minutes	15 € la séance
	Forfait de 10 séances de 25 minutes	120 €

## Nos escapades

Escapade découverte	2 jours	1 accès Vaporarium/piscine, 1 accès Espace Premium au spa & 2 soins en eau thermale « forfait forme », 1 Séance de biorésonance, 1 séance Bol d'Air Jacquier.	75 €
Escapade relaxation	2 jours	1 séance d'hypnose, 1 massage relaxant de 20 minutes, 1 accès Espace Premium au spa & 3 soins en eau thermale « forfait Bien-être », 1 Séance de biorésonance, 1 séance Bol d'Air Jacquier.	150 €
Escapade bien-être	3 jours	1 accès Vaporarium/piscine, 1 accès Espace Premium au spa & 2 soins en eau thermale « forfait forme », 1 accès Espace Vaporarium & 3 soins en eau thermale « forfait Bien-être », 2 massages relaxants de 20 minutes, 1 atelier vitalité, 3 Séances de biorésonance, 3 séances Bol d'Air Jacquier.	235 €
Escapade Cocooning	3 jours	1 accès Vaporarium/piscine, 1 accès Espace Premium au spa & 2 soins en eau thermale « forfait forme », 1 accès Espace Vaporarium & 3 soins en eau thermale « forfait Bien-être », 2 massages relaxants de 20 minutes, 1 atelier vitalité, 3 Séances de biorésonance, 3 séances Bol d'Air Jacquier.	235 €
4 jours pour de bonnes résolutions : aide au sevrage tabagique ou aux addictions alimentaires, renforcement de votre volonté personnelle.	4 jours	4 Ateliers "Vitalité", 1 massage Tui Na, 2 séances d'hypnose, 4 Séances de biorésonance, 4 séances Bol d'Air Jacquier.	240 €
Séjour <i>Un temps pour soi</i> Une halte pour vous aider dans votre reconstruction en prenant du temps pour vous.	4 jours	4 Ateliers "Vitalité", 1 séance de bols tibétains, 4 bains hydromassant & spa, 1 massage sensoriel, 1 soin hydratant du visage et des mains, 4 Séances de biorésonance, 4 séances Bol d'Air Jacquier.	365 €
Escapade Forme et Bien-être	5 jours	2 accès Vaporarium/piscine, 2 accès Espace Premium au spa & 2 soins en eau thermale « forfait forme », 1 accès Espace Vaporarium & 3 soins en eau thermale « forfait Bien-être », 2 ateliers vitalité, 5 Séances de biorésonance, 5 séances Bol d'Air Jacquier.	275 €
Escapade Pyrénéz-vous	5 jours	2 accès Vaporarium/piscine, 2 accès Espace Premium au spa & 2 soins en eau thermale « forfait forme », 1 accès Espace Vaporarium & 3 soins en eau thermale « forfait Bien-être », 2 massages relaxants de 20 minutes, 1 soin du corps de 45min au choix dans la carte, 2 ateliers vitalité, 5 Séances de biorésonance, 5 séances Bol d'Air Jacquier.	390 €



# Prestations Post-Cancer

Parce qu'il est important de se réapproprier son image corporelle par des soins individualisés et de bénéficier de conseils spécifiques, nous vous proposons 5 prestations dédiées afin de vous permettre de retrouver l'estime de vous-même, vous apporter confort et bien-être et améliorer l'aspect de votre peau grâce à l'expertise de notre personnel qualifié :

- **Une escapade « un temps pour soi » de 4 jours** : Après une période où le corps et l'individu dans son ensemble ont été éprouvé par la maladie et les traitements, nous vous proposons une halte pour vous aider dans votre reconstruction en prenant un temps pour vous. Cette prestation comprend : **4 Ateliers "Vitalité", 1 séance de massage sonore aux bols tibétains, 4 bains hydromassants avec accès au spa, 1 massage sensoriel, 1 soin hydratant du visage et des mains, 4 Séances de biorésonance, 4 séances de Bol d'Air Jacquier** : **365 €.**
- **Un massage « Piste Rose »** : Massage sur mesure destiné aux personnes touchées par la maladie. Nos praticiennes s'adaptent à vos besoins tout en respectant les zones encore sensibles de votre corps. Source de relaxation grâce à des techniques spécifiques et régénération de la peau avec une huile à l'amande douce. **Massage de 45 minutes, 69 €.**
- **Un atelier sportif adapté** : l'activité physique et sportive est la meilleure alliée contre le cancer. Elle agit comme un frein sur le développement de la maladie en complément du traitement, améliore la qualité de vie et réduit le risque de récurrence. Bouger pendant et après la maladie est essentiel pour réduire la fatigue, limiter la perte de masse musculaire induite par les traitements anticancéreux et aider à en supporter les effets secondaires. Le sport est également un excellent antidote pour retrouver mieux-être psychique et bon moral. Il favorise le sommeil, stimule l'immunité et aide à retrouver l'estime de soi. L'atelier sportif adapté sera d'intérieur ou d'extérieur selon la saison ou la météo. **12 € la séance de 45 minutes.**
- **Une séance de Qi gong** : Cette branche de la médecine traditionnelle chinoise est aujourd'hui reconnue et utilisée dans certains services hospitaliers comme au CHU de La Pitié-Salpêtrière à Paris pour soulager les effets secondaires des chimiothérapies. Le Qi Gong augmente l'absorption et l'utilisation de l'oxygène dans le sang et son effet sur certaines enzymes est démontré. En faisant mieux circuler l'énergie interne dans tout le corps, il améliore le bien-être, réduit la fatigue et apporte de la sérénité. **12 € la séance de 45 minutes.**
- **Une séance de Zviolyne - biorésonance** : Ce que ZViolyne va apporter en complément des thérapies médicales :
  - Mieux supporter la chimiothérapie, c'est ce que nous rapportent nos clients.
  - Permettre de traiter avec la luminothérapie les cicatrices, suite aux opérations.
  - Permettre de traiter localement, avec la luminothérapie, les zones irradiées pour aider à la reconstitution des tissus sains.
  - Permettre à l'organisme d'avoir un meilleur fonctionnement des cellules : ceci va permettre à l'organisme d'être dans de meilleures conditions pour pouvoir lutter par lui-même contre la maladie.
  - En agissant sur la circulation du sang et les circuits lymphatiques, ZViolyne permet une meilleure propagation des produits de la chimiothérapie, augmentant ainsi son efficacité.
  - En agissant sur le bon fonctionnement des cellules, ZViolyne va permettre à l'organisme de mieux lutter contre la maladie et d'éliminer, grâce au sommeil profond et réparateur, les toxines qui polluent l'organisme et sont à l'origine de la plupart des maladies.**15 € la séance de 25 minutes, 120 € les 10 séances.**



## Espace Boutique

Notre boutique située à l'Espace accueil, vous proposera des produits cosmétiques sélectionnés par nos esthéticiennes pour leur qualité, leur originalité et leur prix. Parmi les produits proposés vous retrouverez notamment les marques Omnisens, Thalaspas et Folies Royales.

Si vous le souhaitez à l'issue de votre soin, votre esthéticienne pourra vous proposer un programme beauté pour vous guider au mieux dans le choix de produits qui vous correspondent.



## Bon cadeau

Envie de faire plaisir ? Un événement à fêter ? Profitez de la diversité de nos prestations pour offrir un bon cadeau qui fera le bonheur de vos proches ou de vos amis.

Un cadeau dans un cadre idéal, situé à Bagnères de Luchon, l'établissement thermal jouit d'un cadre naturel préservé. Au cœur des Pyrénées, à quelques kilomètres seulement des stations de ski et de la frontière espagnole et à 1h30 de Toulouse et Pau, il est le lieu idéal pour y profiter d'un bon cadeau bien-être.

Destination dotée d'un golf de 9 trous avec practice et d'hôtels de charme, notre site unique conjugue agréablement le respect de la nature et la quête de l'harmonie.

Au gré de vos envies, composez vos formules et offrez du bonheur ou faites-vous plaisir.

Moments de détente, cocooning, soins relaxants, soins esthétiques... Faites en profiter les personnes que vous aimez en leur offrant un bon cadeau qu'ils pourront planifier librement selon leurs disponibilités jusqu'au 5 novembre 2021.

Comment procéder ?

- En venant sur place
- Par téléphone 05 61 79 22 97, paiement possible par carte bleue en vente à distance et envoi du bon cadeau par mail ou par la Poste selon ce que vous préférez !
- En réglant par chèque par courrier un forfait de 25,50, 75 ou 100 euros, nous vous adresserons le bon cadeau personnalisé par retour de courrier : Chèque à l'ordre du Trésor Public, Luchon Forme & Bien-être, 23 Allées d'Etigny, 31110 Bagnères de Luchon.

[Conditions générales de vente à consulter sur notre site internet ou à votre disposition à la réception.](#)



## La Maison du Bien-être

**E**n créant la Maison du Bien-être située au premier étage du bâtiment du Prince Impérial, les Thermes de Luchon ont voulu s'associer la compétence de praticiens diplômés et reconnus pour leur expertise et savoir-faire. La liste pouvant évoluer au fil de l'année n'hésitez pas à consulter la rubrique « Maison du Bien-être » sur notre site internet où vous trouverez tous les descriptifs de chaque discipline ainsi que le nom et coordonnées du praticien.

Les rendez-vous se prennent directement et exclusivement en contactant le praticien au numéro indiqué pour chacun sur notre site. Il sera peut-être déjà en soin, alors laissez-lui un message, il vous rappellera dès qu'il sera disponible pour vous !

Vous pourrez ainsi découvrir différentes disciplines telle que la chiropraxie, l'hypnose, le massage énergétique "Le Tui Na", le massage sonore aux bols tibétains, l'ostéopathie en eau thermale ou le reiki et bien d'autres encore ...





## Ateliers « Vitalité »

De l'activité de détente à l'activité sportive, en eau thermale, en salle ou au grand air, un atelier est fait pour vous ! Les ateliers « vitalité » sont accessibles à tous, quels que soient votre âge ou votre condition physique !

Tous les ateliers sont sur réservation à la réception et le planning mensuel est consultable sur notre site à la rubrique Ateliers « Vitalité » Mise en œuvre ou suspension des ateliers selon préconisations sanitaires gouvernementales.

### Aquagym

Gymnastique pratiqué en piscine d'eau thermale permettant de mobiliser les articulations en douceur.

### Aquabike

Vélo fixe immergé en piscine d'eau thermale permettant de solliciter tous les muscles du corps ainsi qu'un travail cardio-vasculaire.

### Aquatraining

Activité en eau thermale où tous les groupes musculaires de votre corps seront sollicités. Vous travaillerez aussi bien les membres supérieurs (épaules, triceps, biceps, sangle abdominale, lombaires) que les membres inférieurs (cuisses, mollets, fessiers) lors de séance par ateliers avec appareils : bike, trampoline, tapis...

### Tai chi

Discipline corporelle qui fait partie des exercices énergétiques de la Médecine traditionnelle chinoise. Le tai-chi est une gymnastique énergétique globale qui consiste à réaliser un ensemble de mouvements continus et circulaires exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli.

### Qi gong

Le qi gong est une gymnastique traditionnelle chinoise et une science de la respiration qui est fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle et qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.



## Voyage sonore

Séance de relaxation sonore utilisant des instruments traditionnels : bols tibétains, fen gong, tam tam gong, carillons koshis, tambour de la mer ... Idéal pour un relâchement profond, un lâcher-prise total et une reconnexion avec soi-même.

## Séance d'hypnose collective

L'hypnose permet de travailler sur le subconscient pour arriver à gérer des troubles, problèmes ou autre : des séances thématiques seront mises en places notamment sur la gestion du stress et les troubles du sommeil.

## Marche active

C'est un sport qui se pratique à un rythme plus soutenu que la marche pratiquée au quotidien. Il fait donc travailler le souffle, l'endurance et presque tous les muscles du corps.

## Bungy pump

BungyPump est le seul bâton d'exercice équipé d'un système de pompe de 20 cm avec 4kg, 6kg ou 10kg de résistance. Il Permet d'associer marche, exercices de renforcement musculaire et étirements en douceur sans chocs articulaires. Cette activité permet de lutter contre la lombalgie.

## Lit hydromassant

Relaxation sur matelas d'eau. Le lit massant Hydrojet associe les bienfaits de l'eau et du massage. Le lit massant Hydrojet est un système mécanique qui permet de masser la personne allongée par la seule force de l'eau contenu dans le matelas.

## Ateliers APA

Également appelées « Sport Santé », les activités physiques adaptées (APA) regroupent l'ensemble des activités physiques et sportives adaptées aux capacités des personnes atteintes de maladie chronique ou de handicap. L'objectif des APA est de prévenir l'apparition ou l'aggravation de maladies, d'augmenter l'autonomie et la qualité de vie des patients.

## Atelier coaching « Estime de soi »

Le soin que nous prenons de nous-même reflète souvent l'estime de soi et réciproquement. Ce qui signifie que se préoccuper de son bien-être a un impact sur l'estime de soi ! C'est ce que nous vous proposons de découvrir à travers cet atelier.

Les Tarifs :

1 séance	12 €	Carte 12 Séances	100 €
Carte 6 séances	60 €	Carte 20 Séances	150 €
Carte 9 séances	80 €	Carte 30 Séances	215 €



**Luchon**  
LES THERMES  
*Pyrenées-vous !*

# BAGNÈRES-DE-LUCHON

*Ville thermale au cœur des Pyrénées*





## Luchon, une petite ville qui a tout d'une grande

**B**esoin d'air, de calme, d'espace et de liberté pour enfin profiter de la vie ? Envie de vous échapper et de plonger dans un bain de bulles, de vapeur ou de nature ?

Laissez-vous séduire par le charme des paysages du Pays de Luchon le temps d'un week-end ou de plusieurs semaines.

Découvrez ou re-découvrez l'harmonie de la nature par des balades en forêt, randonnées pédestres, circuits VTT, parapente, ski, raquettes... Les activités sont diverses et variées pour vous permettre de vivre pleinement une expérience enrichissante toute l'année.

Découvrez dans notre catalogue une longue liste d'activités et de loisirs dont vous pourrez profiter tout au long de votre séjour !

À seulement 1h30 de Toulouse et à 1h de Tarbes, aux portes de l'Espagne, le pays de Luchon, avec ses vallées et ses sommets culminant à 3404 m, vous ouvre en grand les portes des Pyrénées. Découvrez des paysages uniques au fil des saisons et goûtez à tous les plaisirs de la montagne, de l'eau et de l'air. A la fois ville et village, Luchon, située à 630 m d'altitude, est aussi liée à l'histoire prestigieuse des sources thermales qui vous invitent aujourd'hui, en famille ou entre amis, à prendre soin de votre forme et de votre bien-être. Pour un séjour détente ou aventure : Luchon votre station à découvrir en toute saison !

# Accès



## EN VOITURE

### DEPUIS LA FRANCE VIA L'A64

- Toulouse / Luchon (140 km)
- Bordeaux / Luchon (340 km)
- Pau / Luchon (132 km)
- Montpellier / Luchon (377 km)
- Nantes / Luchon (700 km)
- Paris / Luchon (850 km)

### DEPUIS L'ESPAGNE, VIA LÉRIDA ET LE COL DU PORTILLON

- Barcelone / Luchon (350 km)



## EN TRAIN & BUS

### GARE DE MONTRÉJEU / GOURDAN-POLIGNAN, GARE DE LUCHON :

[www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)

N.B. : trajet Montréjeu - Luchon effectué en bus.



## EN AVION

AÉROPORT TOULOUSE BLAGNAC

140 Km

AÉROPORT TARBES LOURDES PYRÉNÉES

110 Km

# Une ville unique au monde alliant nature, dynamisme et ambition.

Au beau milieu des Pyrénées centrales françaises, la ville de Bagnères de Luchon, est nichée à plus de 600 mètres d'altitude. Comment résister à celle que l'on surnomme "la reine des Pyrénées" ? La ville de Bagnères-de-Luchon a bel et bien tout pour plaire : c'est à la fois une station de ski réputée et une station thermale unique, à seulement 1h30 de Toulouse, dans le sud de la Haute-Garonne et à 8 km de la frontière espagnole. Entourée de treize sommets de plus de 3 000 mètres d'altitude, parmi les plus célèbres de la chaîne des Pyrénées, elle offre un cadre de vie à couper le souffle.

C'est donc le dépaysement garanti ! Quels que soient le temps et la saison, il y fait bon vivre toute l'année. Pas question de s'ennuyer avec toutes les activités et sorties qu'elle propose... Bagnères-de-Luchon est un véritable grand bol d'air frais !

En hiver, le sport et la montagne ne font qu'un. La station de ski Luchon-Superbagnères, située à plus de 1 800 mètres d'altitude, fait le bonheur des amateurs de neige, de glisse et de raquettes. Accessible en 8 minutes par la télécabine depuis le centre-ville, la station offre une splendide vue panoramique depuis ses quatre versants sur la vallée de Luchon.

En été, les massifs dévoilent une autre facette de leurs majestueux paysages aux randonneurs, piétons ou cyclistes. Les férus de parapente, de sports aquatiques et de spéléologie seront également comblés !

Les nombreuses randonnées et sorties en plein air de Bagnères-de-Luchon permettront à tous d'évoluer au plus près de la nature, dans un cadre incomparable. Même les coureurs du Tour de France ne se lassent pas du panorama.

Après le sport, le réconfort avec une escale dans l'espace bien-être des Thermes ! Découvrez les propriétés antalgiques et relaxantes des produits naturels uniques dont bénéficient les lieux : les eaux thermales sulfurées sodiques et la boue thermale soufrée. Mais le plus impressionnant, c'est le Vaporarium, un immense bain de vapeur naturel unique en Europe !

Le Pays de Luchon est aussi célèbre pour la richesse de son artisanat et de sa gastronomie. Vous pourrez y découvrir tous les mercredis et samedis un marché de producteurs qui vous présenteront avec fierté les produits du terroir comme les truites des pisciculteurs, l'agneau et le veau des estives, des fromages des Pyrénées sans oublier le gâteau à la broche et le miel des montagnes...

Luchon est avant tout une ville d'eau qui a su conserver une élégante architecture style Belle Époque. Promenez-vous sur les Allées d'Étigny, cœur battant de la cité, puis appréciez la balade jusqu'au parc des Thermes. Admirez les arbres centenaires du parc des Quinconces et du Casino. Admirez les Villas raffinées, les hôtels cossus, le Casino et son théâtre à l'italienne qui rappellent les splendeurs d'une ville fréquentée par les grands de ce monde, de Napoléon III à Gustave Flaubert.



# Un grand choix d'activités s'offre à vous

De nombreuses activités sportives s'offrent à vous. Vous retrouverez des espaces dédiés à tous. Les infrastructures de la ville proposent des activités de plein air : centre équestre, city stade, tennis, fronton, mini-golf, skate park, gymnase, golf ainsi que deux terrains de sport pour la pratique du football ou du rugby et une piste d'athlétisme. Vous pourrez profiter également à Luchon de plusieurs voies d'escalade, via ferrata, vélo, randonnées au départ de la ville mais également de l'hospice de France, la vallée du Lys, le Port-de-Bales, les granges d'Astau, Saint-Mamet, Juzet-de-Luchon ou encore Bourg d'Oueil et sa vallée d'Oueil, passage du GR10, spéléologie, accrobranche, paint-ball, tir à l'arc et VTT dans un environnement ressourçant...

## Petite balade à cheval

Le centre équestre de Luchon vous invite à monter en selle ! Découvrez ou pratiquez l'équitation sportive, loisir ou détente dans un cadre agréable et une ambiance chaleureuse.

Initiation, dressage, saut d'obstacles, voltige, poney-games, balades... Pratiquez toute l'année ou le long de votre séjour des activités variées et adaptées à tous les publics à partir de 6 ans, quel que soit votre niveau et votre expérience.

Le centre équestre propose un large éventail d'activités encadrées par une équipe de professionnels : de l'initiation à la compétition, du manège à l'extérieur, de l'enfant à l'adulte, du cours particulier au cours collectif.

Pendant les vacances scolaires, vous pourrez profiter de nombreux stages auquel vous pourrez vous inscrire sur le site du centre équestre ou par téléphone.







## Un magnifique golf niché en montagne

Le Golf centenaire de Luchon fait partie des 5 plus anciens golfs de France. Idéalement situé à 600 mètres du centre-ville de Luchon dans un cadre superbe au beau milieu des montagnes Pyrénéennes, le Golf de Luchon vous propose de découvrir son parcours créé en 1908 qui s'adapte à tous les niveaux : du débutant au confirmé, chacun trouvera ce qu'il recherche.

Profitez du charme de ce parcours présentant des trous courts mais techniques.

3 trous ont des départs doublés ce qui permet de pouvoir faire 18 trous variés.

Parcours 9 trous Par 33 – Practice sur herbe ou tapis

2400m slope Hommes 126 – slope Dames 113

Possibilité d'avoir des cours toute l'année sous forme de leçons particulières ou en stage donné par un professeur de golf diplômé d'État ainsi que des stages d'initiations ou de perfectionnement sont organisés.

Ouverture toute l'année sauf 25 décembre et 01 janvier et selon conditions climatiques.

[Avenue du Bois Chantant, 31110 Montauban-de-Luchon](#)

Renseignement : [www.luchon.golf](http://www.luchon.golf)

Téléphone : 05 61 79 03 27



## Luchon, le paradis des cyclistes

Les Pyrénées et la ville de Luchon sont un véritable paradis pour les cyclistes offrant beaucoup d'ascensions aux amoureux du vélo. De nombreuses équipes cyclistes professionnelles du monde entier choisissent de faire du vélo et de s'entraîner dans notre région. Situé entre l'Espagne et la France, les Pyrénées sont célèbres pour le Tour de France qui est une compétition cycliste bien connue dans le monde entier.

Col des Ares, d'Aspin, du Portillon et Superbagnères...

Si vous voulez commencer par une bonne ascension, le Col des Ares est parfait pour cela. La montée est très douce avec peu d'inclinaison et elle a été utilisée plus de 25 fois dans le célèbre Tour de France. Cette montée, cependant, n'est qu'une partie d'une plus grande tournée que vous pourrez réaliser durant votre séjour à Luchon.

Les plus grands cols du Tour de France vous attendent. Chaque jour est un nouveau défi et à chaque défi, sa récompense. Un jour, vous passez le col de Menté et le lendemain vous êtes au sommet de Peyresourde ou sur le mythique plateau de Luchon-Superbagnères. Suivez ainsi les traces des coureurs tels que ceux du Tour de France. Chaque jour, un choix de deux à trois niveaux pour vos circuits que vous choisissez en fonction de vos envies et forme du moment.

## Profitez d'activités ludiques et rafraîchissantes...

Randonnée aquatique, canyons d'initiation ou canyons d'envergure, venez découvrir les plus beaux canyons d'Europe que nous offrent les Pyrénées. Sculptés au fil des millénaires par les eaux, les vasques turquoises sauront vous enchanter.

De la randonnée tranquille au fil de l'eau au kayak extrême, toutes les formes de pratique du canoë sont possibles. La rivière est praticable d'Avril à Octobre et est accessible au plus grand nombre. Pas besoin d'être un champion pour pratiquer, les balades familiales sont possibles en toute sécurité.



## Randonnées VTT pour tous niveaux

À Bagnères-de-Luchon, la montagne se découvre aussi en vélo ! On ne dénombre pas moins de 260 km de circuits balisés pour les VTT au départ de Luchon ou de la station de Luchon-Superbagnères. L'espace VTT du Pays de Luchon propose un éventail de circuits balisés pour tous les niveaux : balades familiales, circuits techniques pour les plus expérimentés, des itinéraires d'enduro de 1200 mètres de dénivelés

# Skier à Luchon-Superbagnères

*Luchon se pare de blanc et offre sa palette d'activités hivernales.*

La glisse est à portée de tous. Depuis le cœur de la ville où la télécabine vous dépose sur le plateau de la station de Luchon-Superbagnères en huit minutes seulement et par la route à vingt minutes de la station de Peyragudes.

Située au cœur des Pyrénées, au pied des plus hauts sommets de cette chaîne authentique, la station de Luchon bénéficie d'une situation géographique remarquable et d'une concentration exceptionnelle de sommets de plus de 3 000 mètres. Au cœur de Luchon, la télécabine vous permet d'accéder directement aux pistes de Superbagnères et d'accéder ainsi à un domaine privilégié avec 3 secteurs qui offrent des expériences de glisse et des sensations très variées : des pentes douces et ensoleillées pour les débutants et les enfants, la quiétude d'une descente paisible au cœur de la forêt ou encore de longues pistes en altitude avec des grands dénivelés dans un superbe décor de haute montagne.

Pour pratiquer les plaisirs de la neige, Superbagnères est la station des Pyrénées dont les plateaux sont perchés à 1440 m d'altitude, 1800 m et 2260 m. Véritable balcon naturel, ses quatre versants offrent une vue imprenable sur la vallée de Luchon, les massifs du Vénasque, de la Maladeta, du Céciré et le Pic de l'Aneto dit « le toit des Pyrénées ». Avec son ensoleillement et ses 32 km de pistes, Superbagnères est une station d'avenir qui mise sur un nouvel ascenseur valléen pour minimiser l'accès des voitures et protéger l'environnement. Superbagnères est aussi un itinéraire de ski de fond de 3 km, une piste de luge, un snowpark et un parcours éducatif pour appréhender la neige en douceur, ainsi que l'assurance d'une neige naturelle constante confortée par sa production de neige de culture. Plusieurs restaurants d'altitudes y sont également implantés.

La journée sportive terminée, vous aurez le privilège de profiter à Luchon des infrastructures d'une grande station touristique animée avec hôtels, thermes, spa, restaurants, cinéma, théâtre... Enfin, Luchon est aussi une destination qui invite à pratiquer la neige autrement. Entre parapente et raquettes, vous pourrez essayer les diverses activités que proposent les professionnels de la station ou simplement vous ressourcer dans les deux espaces de remise en forme dont disposent la station et qui sont une invitation au bien-être et à la détente.

En dehors de la saison hivernale, le système de télécabine permet l'acheminement de vélos et la pratique du VTT. Superbagnères invite également au trail (station dédiée), ou à la randonnée (GR10).





## Tennis de Luchon

Situé dans un cadre exceptionnel dans le complexe sportif de la Pique, les courts de tennis municipaux accueillent des joueurs de tous horizons et de tous niveaux : loisir ou compétition, enfants, étudiants, actifs ou retraités. Plusieurs formules vous permettent de jouer sur les courts, de la location pour une heure à la cotisation annuelle, ce qui vous donne un accès illimité aux installations de la ville de Luchon. Au restaurant de la Pique, vous pouvez partager un verre ou déguster de bons petits plats. Tous les week-end d'Avril à Septembre, la carte du restaurant de la Pique vous réglera après un match de tennis.

Le complexe du tennis de la pique est doté de 5 courts de type terre battue ainsi que de 4 courts en béton poreux pour le plaisir ou les choix de chacun des pratiquants.

[Allée des bains - Complexe sportif de la Pique, 31110 LUCHON](#)

Tél. : 05 61 79 03 03

## Survolez les Pyrénées

Situé à l'entrée de Luchon, l'aérodrome bénéficie d'une situation exceptionnelle et d'une aérologie idéale qui permettent la réalisation de magnifiques vols en planeur ou en avion.

Si vous n'avez jamais goûté au plaisir de voler, ou si vous avez apprécié l'expérience et souhaitez récidiver, venez ou revenez effectuer un vol d'initiation! Dans le cadre majestueux de nos montagnes, un pilote aguerri vous fera partager cette sensation unique. En avion, en planeur ou en ULM, venez découvrir le plaisir sans cesse renouvelé du vol. Que ce soit pour une balade aérienne que vous effectuerez en famille ou avec vos amis ou bien pour appréhender, en double commande, les premiers rudiments du pilotage et du jeu avec l'ascendance, n'hésitez pas à vous rendre à l'aérodrome de Luchon pour vivre un moment unique.



## La maison du curiste

Lieu incontournable et emblématique de la commune, la maison du curiste de Luchon vous propose tout au long de votre séjour de nombreuses activités et loisirs. Elle sollicite et collabore avec des organismes institutionnels, associations et partenaires privés locaux pour mettre en œuvre son programme d'animations. La maison du curiste de Luchon permet aux curistes de faire connaissance et de se retrouver. Sur place, les curistes peuvent jouer à des jeux de société, jeux de cartes, voir des expositions, lire des revues.... La maison du curiste propose d'Avril à Octobre des conférences et des ateliers de loisirs.

## Des randonnées extraordinaires

Avec plus de 700 km de sentiers entretenus et balisés, Luchon et le territoire des Pyrénées Haut Garonnaises offrent des paysages variés avec des panoramas magnifiques. Petits et grands, sportifs aguerris ou pratiquants occasionnels, tous trouveront leur bonheur sur nos sentiers ! Profitez de votre séjour à Luchon pour découvrir un paysage majestueux autour de multiples randonnées. De la simple balade en forêt pour la cueillette de champignons à la découverte de sites emblématiques comme l'Hospice de France, immergez-vous dans les paysages magnifiques de la vallée de la Pique, de la vallée d'Oueil, de la vallée du Lys où vous ferez face à la Cascade d'Enfer. Grimpez vers le lac d'Oô, l'un des plus beaux lacs d'altitude des Pyrénées centrales. La randonnée est le moment idéal pour se ressourcer et privilégier la découverte de la faune et de la flore pyrénéenne qui est un véritable enchantement pour tous nos touristes et curistes.

## Le pastoralisme

Depuis les temps anciens, les Pyrénéens élèvent des ovins : le milieu géographique et le climat favorisent l'abondance des estives et l'élevage. Le domaine pastoral Haut-Garonnais s'étend sur 3 cantons (Bagnères-de-Luchon, Saint-Béat et Aspet) et couvre une surface d'environ 25 000 ha située entre 700 et près de 3 000 m d'altitude. Trois races ancestrales sont élevées dans les Pyrénées : les Basco-Béarnaises, les Manechs à Tête Noire et les Manechs à Tête Rousse.

À l'origine, la production laitière des ovins était destinée à la fabrication de fromages. Ce n'est qu'à la fin du XIXe siècle que l'agneau est devenu un débouché majeur de la gastronomie. Ici, les forêts sont des lieux de diversité floristique et abritent plusieurs espèces protégées comme les orchidées forestières, la prêle des bois, ou la fougère Cystoptéris des montagnes. L'isard, la marmotte, le grand tétras, l'aigle royal ou la loutre sont emblématiques des Pyrénées.

## Le lac d'Oô

Le lac d'Oô est connu pour être un des plus beaux lacs d'altitude des Pyrénées. Il s'agit d'ailleurs du deuxième site pyrénéen en termes de notoriété et de fréquentation après le cirque de Gavarnie. Parmi les principales attractions du site, une cascade de 275 mètres de hauteur peut y être admirée. Depuis le lac d'Oô, un panorama exceptionnel sur les sommets pyrénéens s'offre au visiteur. Le lac est accessible par le GR10 en environ une heure depuis les Granges d'Astau.



## Vallée du Lys et Hospice de France

Au sein de la Vallée du Lys reconnue intégralement au titre des sites inscrits se situent le gouffre d'Enfer et la cascade d'Enfer. Parmi les lieux patrimoniaux les plus remarquables du Pays de Luchon, l'Hospice de France se dresse dans un décor grandiose à 1400 mètres d'altitude. Entouré de pâturages, de cascades et de forêts, cet édifice emblématique du Pays de Luchon, bâti au XVIIe siècle, accueille un restaurant et une auberge. Il s'agit d'un des points de départ incontournables du territoire pour randonner.

## La pêche en milieu naturel

Les pêcheurs courtisent la truite sauvage dans les 120 km de cours d'eau et les lacs d'altitude du Luchonnais. Pour pêcher, rendez-vous au lac d'Oô, de Badech ou au ruisseau d'Antignac. Les truites sauvages règnent en maîtres dans les rivières et torrents tandis que les lacs de montagne sont alevinés tous les ans en truites Fario et Arc-en-Ciel.

## Profitez d'un moment de détente

Le lac de Badech est un lieu très recherché par les Luchonnais, les touristes et les pêcheurs. Des endroits ombragés vous permettront d'y faire votre pique-nique ou flâner autour d'un bon verre au bar de la Guinguette. En levant les yeux au ciel, vous serez étonnés de voir des parapentes de toutes les couleurs, juste avant qu'ils n'atterrissent sur le terrain voisin de l'Aérodrome. Vous pourrez également y faire du vélo en respectant les circuits prévus, faire du VTT sur les pistes aménagées sur la butte, et pourquoi pas faire tout simplement une balade autour du lac.







## Luchon, ville de culture et dynamique

Luchon a été à travers les siècles une ville de culture, comme en témoigne l'architecture remarquable du théâtre à l'italienne du Casino où vous pourrez découvrir une nouvelle programmation théâtrale qui vous permettra de profiter d'un moment hilarant durant votre séjour.

Luchon est aussi une ville animée toute l'année. Près de 600 manifestations sont proposées ainsi que ses grands événements comme la célèbre Fête des Fleurs au mois d'Août et le Festival International des créations télévisuelles au mois de Février... Sans oublier le cinéma, bars, restaurants et le Casino situé dans un édifice du XIXème siècle.

Vous pourrez assister au célèbre Festival mettant en compétition le meilleur de la télévision française tant en fiction qu'en documentaire. Luchon accueillera cette année pour sa 22<sup>ème</sup> édition de nombreuses stars du petit écran.

Aux beaux jours, Luchon accueillera le Festival Pyrénées Breizh, les Luchon Motors Days au mois de mai, la semaine des rencontres lyriques au mois d'août et pour clore la saison estivale la Fête des Fleurs sur le thème des régions françaises qui se déroulera au mois d'août pour 4 jours aux sons des bandes, des rythmes endiablés des troupes étrangères, une fête haute en couleurs qui se terminera dans une bataille de fleurs !

Ville jardin, Luchon témoigne d'une histoire riche et généreuse. Plus de 40% de la surface de la ville est constituée de parcs boisés et son urbanisme conserve de nombreux témoignages du second empire, époque où elle fut profondément transformée.

Vous pourrez également profiter d'une bibliothèque pour tous dans l'espace Nelson Mandela. La bibliothèque vous accueille, offre des nouveautés tous les mois et des conseils. (Ouvert toute l'année lundi - mercredi - vendredi de 15h à 18h, le samedi de 10h à 12h. Lieu : Espace socioculturel Nelson Mandela - Place Gabriel Rouy - Bagnères de Luchon. Tél. : 05.61.79.04.12)

Enfin, Luchon est riche en culture avec le musée des Arts et des Traditions Populaires du Pays de Luchon, le musée de l'Aéronautique, les visites guidées du vieux Luchon et de la vallée...





## De nombreuses activités proposées par des associations

### LUCHON HAUTE MONTAGNE

L'association Luchon Haute Montagne vous propose de nombreuses activités et sports pour le plaisir de tous. Vous pourrez y découvrir des sorties randonnées, ski et escalade...

Essayez un cours de découverte/perfectionnement d'escalade en salle tout public dès 15€ pour 2h de cours. Vous pouvez également prendre des cours d'escalade découverte/perfectionnement en falaise tout public dès 25€ pour 2h de cours (falaises locales : St Mamet, Cierp-Gaud, Saléchan, Troubat)  
Le lieu et la durée de la séance est adapté au public (âge, niveau...)

Des cours de ski alpinisme sont proposés pour les jeunes de 12 à 17 ans (cotisation à 170€ pour 12 mercredis après-midi de Décembre à Avril + 2 stages à Noël et Février)

Un calendrier de sorties randonnées, ski, alpinisme et canyoning est proposé aux adhérents.

Les sorties sont assurées par des bénévoles formés et des professionnels du club.

N'hésitez pas à consulter le site internet de l'association Luchon Haute Montagne :  
<https://www.lhm31.fr/>

### INFORMATIQUE ADBE

Atelier numérique individuel ou maximum 2 personnes. Toute l'année à l'espace socioculturel Nelson Mandela place Gabriel Rouy à Luchon (sauf le mois d'août).

Pour apprendre à utiliser un ordinateur, tablette, smartphone, etc.

Contact : VARTAN Courriel : [asso.adbe@gmail.com](mailto:asso.adbe@gmail.com)

### ASSOCIATION MULTI ACTIVITES JONAS

Gymnastique, cours d'anglais et d'espagnol (confirmés et débutants), échanges de livres, jeux de société, travaux manuels, yoga. Ouvert toute l'année (sauf durant les vacances d'été) à l'espace socioculturel Nelson Mandela place Gabriel Rouy à Luchon. Contact Marie BLAYOT : 06.88.07.75.09

### MOSAÏQUE : LUCHON MOSAIK ART

Création d'objets en mosaïque et bijoux en verre. Période d'activité : le jeudi et vendredi de 14h à 17h30 toute l'année à l'espace socioculturel Nelson Mandela place Gabriel Rouy à Luchon. Contact : Annie ETCHEVERRY 06.16.69.91.04

## GENEALOGIE PAR L'ENTRAIDE GÉNÉALOGIQUE DU MIDI TOULOUSAIN ANTENNE DE LUCHON

Aide à la recherche des origines familiales, échanges, histoires locales... Cours de paléographie - bases de données. Tous les 2e et 4e vendredi de chaque mois toute l'année sauf jours fériés de 14h à 17h, espace socioculturel Nelson Mandela, place Gabriel Rouy à Luchon. Contact : Alain DHAENE (05.61.79.07.97) - René LABÈRE (05.61.79.80.89)

## PHOTOGRAPHIE PAR LE CINE PHOTO CLUB

Photographie dans tous les modes et les formats. Laboratoire numérique – tirages numériques – audio-visuels – diaporamas - vidéos. Lieu : Maison du curiste – tous les vendredis à 21h. Contact : Robert BORRAS (06.84.41.57.19)

## QUESTIONS POUR UN CHAMPION

Le Club « Questions pour un Champion » de Luchon accueille tous les lundis soir (hormis congés scolaires), à partir de 20h 45 à l'espace Nelson Mandela (Place Gabriel Rouy) tous les amateurs et les passionnés de 13 à 93 ans, voire plus ! Qu'ils soient joueurs confirmés ou débutants de ce mythique jeu quotidien de France 3. Les questions sont de tous niveaux, fournies par les membres du Club ou par les autres Club nationaux. Le jeu se déroule avec des buzzers, comme à la télévision ! L'ambiance est toujours conviviale, détendue et souriante car l'on s'amuse tout en apprenant.

## LE BUREAU DES GUIDES DE LUCHON

Le bureau des Guides de Luchon est une institution historique qui depuis 1872 s'attache à valoriser le patrimoine montagneux singulier des Pyrénées. En quête de balades familiales, de découverte ou de sensations fortes, que vous soyez randonneur ou alpiniste expérimenté, ils pourront répondre au plus juste à votre demande.

Le bureau des Guides de Luchon a pour vocation de transmettre des techniques et des connaissances propres sur la montagne afin d'arriver à la pratique

de chacune d'entre elles.

Découvrez-les à travers leurs différentes activités : randonnées en raquettes à neige pour tout niveau, randonnées à pieds, observation de la faune et de la flore.



## L'ÉCHIQUIER LUCHONNAIS

L'Échiquier Luchonnais est ouvert toute l'année (sauf vacances de Noël). Il accueille adultes et jeunes à partir de 8 ans dans la salle de jeu située à l'étage de l'aile Nord de l'Espace Nelson. Le club est ouvert le mardi et le vendredi à partir de 17 h 30. Durant la période juillet - août, il est possible de jouer à la Maison du Curiste avec la présence du club le mardi après-midi. Joueurs confirmés, débutants ou initiés vous serez les bienvenus ! Pour tout contact avec un responsable, appelez le 06 82 09 08 94.

*Vous pourrez découvrir beaucoup  
d'autres activités d'associations non  
répertoriées sur ce catalogue  
en vous rendant à l'office  
de Tourisme Pyrénées 31.*



## Luchon grand site d'Occitanie avec Saint-Bertrand de Comminges

Ville Pyrénéenne, Luchon séduit par son style thermal plutôt XIX<sup>e</sup> siècle. Dans un écrin naturel entouré de 18 sommets de plus de 3000 mètres, la station conjugue soin, santé et pleine nature. Déjà connue des Romains pour ses bains naturellement soufrés, Luchon devint dès le milieu du 18<sup>e</sup> siècle une ville d'eau courtisée par les plus grands, de Napoléon III à Flaubert.

Ses bains soufrés sont connus dès l'Antiquité romaine ; aussi cette ville d'eau sera courtisée par les plus grands de Napoléon III à Flaubert et Lamartine. La station thermale séduit par une architecture Belle Époque dont un musée retrace l'évolution. Au détour des allées d'Étigny et du quartier des Thermes, villas, hôtels cossus, théâtre à l'italienne témoignent d'un riche passé. Côté bien-être, le Vaporarium – hammam naturel unique en Europe – est très prisé et ce toute l'année.

### Incontournable

La vie culturelle et festive de Luchon connaît 3 principaux temps forts.

- En février, le Festival des créations télévisuelles amène à Luchon son lot de célébrités et de projections inédites.
- En juin, ne manquez pas le magnifique Brandon de la Saint Jean de Luchon (Patrimoine Immatériel de l'UNESCO)
- Fin août, la Fête des Fleurs vous emporte pendant 4 jours dans un tourbillon de couleurs fleuries, de musiques du monde et de défilés de bandas, troupes étrangères et corso fleuris de plus de 20 chars en fleurs naturelles.

Accueil - Informations - Visites de groupe :  
Office de Tourisme Pyrénées 31  
18 Allées d'Étigny 31110 Bagnères de Luchon

Tél : 05 61 79 21 21  
[info@pyrennes31.com](mailto:info@pyrennes31.com)  
[www.luchon.com](http://www.luchon.com)



Profitez de votre séjour pour découvrir le site de Saint-Bertrand-de-Comminges/Valcabrère !

Classé au patrimoine mondial de l'Unesco au titre des chemins de Saint-Jacques de Compostelle, cette visite est incontournable tant pour son histoire que sa douceur de vivre.

L'ancienne cité romaine, dont les vestiges encore visibles témoignent de son importance, fût construite au 1er siècle avant notre ère. Saint-Bertrand-de-Comminges est maintenant un superbe village médiéval classé « Plus Beaux Villages de France », avec en fond le cadre verdoyant et bucolique des contreforts pyrénéens. Perchée sur une colline, la cathédrale Sainte-Marie surprend par ses 28 mètres de hauteur, ses contreforts gothiques et son clocher doté d'un hourd qui lui donne un caractère défensif. A l'intérieur, on admire son chœur de 66 stalles en bois, et un orgue Renaissance unique.

Plus bas dans la plaine, la basilique romane Saint-Just de Valcabrère, construite au 12<sup>ème</sup> siècle avec des remplois gallo-romains, propose au visiteur un véritable voyage entre antiquité et moyen-âge.

[Accueil- Informations – Librairie- Expositions – Visites de groupe :](#)

[Haute-Garonne Tourisme « Les Olivétains »](#)

[Parvis de la cathédrale 31510 Saint-Bertrand-de-Comminges](#)

[tél : 05 61 95 44 44 olivetains@tourismehg.com](mailto:olivetains@tourismehg.com)

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



## Artisanat et gastronomie du territoire

Le Pays luchonnais est riche de par son artisanat et sa gastronomie authentique.

Ainsi vous pourrez découvrir Aurélie et son atelier de travail du cuir.

Jade et sa savonnerie où la slow cosmétique prend tout son sens !

Jérôme et ses bières et limonades artisanales ! Etc.

La gastronomie luchonnaise c'est également une gamme de viandes grillées avec l'agneau des montagnes qui exhale le plaisir de vivre et, de savantes préparations à base de gibiers, de civets de chevreuils, de biches, de cerfs, d'isards, de sangliers... Accompagnés de cèpes, morilles et girolles, les truites et saumons de fontaines, les fromages de vache et de chèvre ainsi que les délicieuses tartes aux myrtilles, fraises des bois et framboises des forêts, pescajous, milhas et miel de montagne. Tout un monde de délicatesse que vous trouverez aux menus des restaurants de la ville et des vallées. Les plaisirs du palais, dans la région, font partie d'une tradition ancestrale longuement mijotée par des générations de fines bouches. Les deux plats typiques que vous pourrez déguster sont le pétéram (plat à base de tripes de mouton) et la pistache (plat à base d'haricots et de mouton).

Un marché tous les mercredis et samedis de l'année où nombre de producteurs passionnés vous présenteront avec fierté leurs produits et partageront leur terroir avec plaisir : fruits et légumes du pays, truites des piscicultures d'Antignac et d'OO, agneaux et veaux des estives, fromages des Pyrénées, pain au feu de bois, gâteaux à la broche et croustades sans oublier le bon miel des montagnes !





# Hôtels

## HOTELS • HOTELES

### PICTOGRAMMES • PICTOGRAMS • PICTOGRAMAS



CHÈQUES VACANCES ACCEPTÉS



ASCENSEUR  
lift/ascensor



SALLE DE CONFÉRENCES  
meeting room/sala de convenciones



PARKING  
car park/aparcamiento



RESTAURANT  
restaurant/restaurante



TÉLÉVISION  
television/television



PISCINE EXTÉRIEURE  
outdoor pool/piscina exterior



PISCINE INTÉRIEURE  
indoor pool/piscina interior



WIFI  
wifi/wifi



ACCÈS HANDICAPÉS  
disabled access/adaptado a minusvalidos



ANIMAUX ADMIS  
pets welcome/se admiten animales



GARAGE  
garage/garaje



NOMBRE DE CHAMBRES  
rooms number/número de habitaciones

Les informations et les tarifs mentionnés sont donnés à titre indicatif et ne sauraient engager la responsabilité de l'Office de Tourisme. Classement des hébergements au 30/11/2019. Seuls figurent sur ce document les annonceurs partenaires de l'Office de Tourisme. Nous tenons à votre disposition une liste complémentaire des prestataires qui ne sont pas partenaires de l'Office de Tourisme.

## CASTEL DE LA PIQUE \*\*\*



Face aux Thermes, au Centre de Remise en Forme, à 100m du Parc des Quinconces.

Un lieu idéal pour le repos et la détente, une vue superbe sur le parc et les montagnes alentours, vous serez accueillis par Solange et Alain, les propriétaires du Castel de la Pique :

10 chambres tout confort dans une demeure du XIX<sup>ème</sup> siècle, dans un cadre de verdure.

à proximité de toutes les activités du Luchonnais : golf, tennis, parapente, VTT, randonnées, rafting, ski..., un accès facile à la télécabine de Superbagnères (navette).

31 cours des Quinconces - 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 88 43 66  
contact@castel-pique.fr - www.castel-pique.fr



## HÔTEL D'ETIGNY \*\*\*



### Art de Vivre, Tradition et Gourmandise

Idéalement situé face au parc des Quinconces et aux Thermes, à deux pas du Casino et du complexe sportif de la Pique (golf, tennis, piscines, etc...), découvrez le charme de cet ancien hôtel particulier du XIX<sup>e</sup> siècle. Dès votre arrivée, vous apprécierez la chaleur de l'accueil et la qualité du service, fruits d'une expérience riche de cinq générations. L'Hôtel d'Etigny met à votre disposition 61 chambres et suites spacieuses et confortables, toutes équipées d'une télévision à écran plat.

Accordez-vous un moment de détente au bar ou dans l'un des salons climatisés. Vous pourrez également profiter d'un grand jardin calme et ombragé avec terrasse fleurie et vue sur la montagne ainsi que d'une **piscine extérieure chauffée**. Un personnel discret et prévenant est à votre service 24h/24. Un garage et un parking privés sont disponibles sur demande moyennant supplément.

Au restaurant vous dégusterez une cuisine aromatique et savoureuse, inspirée du terroir. Des tables en terrasse sont disponibles sur réservation. Le restaurant est ouvert tous les jours de la saison midi et soir.

Chambre double :  
**65€ / 165€**

Petit-déjeuner buffet :  
**10,90€** par personne

Chambre double ½ pension  
(prix par personne) :  
**63€ / 115€**

Chambre double pension complète (prix  
par personne) :  
**81€ / 133€**

3 avenue Paul Bonnemaison - Bagnères de Luchon  
05.61.79.01.42 – Fax : 05.61.79.80.64  
etigny@yahoo.com – www.hoteldetigny.com



## ALTI HÔTEL \*\*\*



L'hôtel Alti bénéficie d'un emplacement privilégié au coeur des Allées d'Etigny, à quelques pas des thermes, des télécabines reliant la ville à la station de ski de Luchon-Superbagnères et face à l'Office de tourisme.

Notre établissement se compose de 47 chambres climatisées alliant confort et modernité : elles possèdent toutes un téléviseur à écran plat (accès à Canal+ et BEin), un coffre-fort et une connexion WiFi gratuite. Un petit déjeuner-buffet offrant une large variété de produits salés ou sucrés est proposé pour bien commencer la journée.

L'hôtel Alti dispose également d'une bagagerie, d'un local à skis et d'un local à vélos pour les plus sportifs. Si vous souhaitez vous relaxer, vous pourrez également profiter de notre piscine intérieure et de notre salle de fitness en accès libre.

Parking en supplément et sous réserve de disponibilité.

Besoin d'une information ? Notre équipe est à votre service de 7h à 23h pour vous répondre à vos questions.

19 allées d'Etigny 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 79 56 97  
reception.luchon@actaluchon.com



## LE CASTEL D'ALTI



Dès votre arrivée à l'hôtel Le Castel d'Alti, vous découvrirez le charme d'une bâtisse ancienne rénovée dans un style élégant et chaleureux. Situé aux pieds des Pyrénées, à deux pas du télécabine menant à la station de Luchon-Superbagnères et des thermes, Le Castel d'Alti jouit d'une situation privilégiée en plein cœur de la vie locale. Composé de 48 chambres élégantes et spacieuses, vous pourrez profiter d'un matériel doté d'une technologie innovante : miroirs à commande tactile, éclairages individualisés en tête de lit, téléviseur à écran plat, coffre-fort et bureau.

Pour chacune des chambres et suites, une décoration unique a été mise en œuvre, mais aucune chambre n'est semblable à une autre, ni dans ses volumes ni dans ses formes. Choix esthétiques épurés et matériaux de qualité font de chaque chambre un espace particulier intime et chaleureux.

L'hôtel possède également un bar-restaurant ouvert à tous où vous sera servie une cuisine raffinée et originale. En pleine saison, profitez de notre vaste terrasse en plein cœur des allées d'Etigny et laissez-vous porter par les douces notes des concerts de jazz organisés pour animer vos soirées. Pour compléter votre séjour, vous pourrez vous ressourcer autour de la piscine chauffée, de son espace spa et de la salle de fitness.

En supplément et sous réserve de disponibilité, un parking vous est proposé.

21 allées d'Etigny 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 94 41 58  
reception@lecasteldalti.com - lecasteldalti.com



## HÔTEL PANORAMIC \*\*\*



L'Hôtel Panoramic vous réserve un accueil chaleureux et personnalisé et se situe à deux pas des Thermes. L'hôtel propose 24 chambres non-fumeurs réparties en 3 catégories qui déterminent le confort ou la surface. Toutes les chambres (de l'individuelle aux communicantes familiales pour 5 personnes) sont équipées de : TV, coffre-fort, frigo, salle de bains avec douche ou baignoire, WC et sèche-cheveux. Petit déjeuner buffet. Ascenseur. Animaux pas acceptés. Parking privé.

6 avenue Carnot  
31110 Bagnères de Luchon  
05.61.79.30.90  
info@hotelpanoramic.fr -, www.hotelpanoramic.fr



## HÔTEL DE PARIS \*\*



Situé face aux Thermes, avec vue imprenable sur les Pyrénées, à 300 m à peine de la télécabine Luchon/Superbagnères, cet établissement vous accueille dans une ambiance familiale de tradition de 6 générations d'hôteliers. Des chambres spacieuses vous attendent, toutes avec vue sur les Pyrénées et télévision, téléphone, loggia, wifi gratuit. Le restaurant panoramique vous réglera d'une cuisine traditionnelle. Salon, terrasse, solarium, salle de séminaire. Parking gratuit. Un petit-déjeuner buffet est servi tous les matins. Tarif Spéciale curiste nous consulter.

9 cours des Quinconces - 31110 Bagnères de Luchon  
05.61.79.13.70  
www.luchon.info - info@luchon.info



## HÔTEL AQUITAINE \*\*



**Un emplacement idéal dans un quartier calme :**  
face au parc thermal et au lac.

Pour un séjour facile et agréable

- 18 chambres exclusivement non-fumeurs toutes équipées d'une télévision à écran plat et d'une salle de bains avec douche.
- Wifi et parking privé gratuit / Ascenseur / Local à vélo et à skis.
- Petit déjeuner servi sous forme de buffet
- Séjours en pension, pension avec diner allégé, ou ½ pension.
- Un restaurant agréable en adéquation avec votre séjour.
- Une cuisine soignée, variée et familiale privilégiant les produits frais et régionaux.

L'espace Luchon forme et bien-être situé à quelques mètres de l'hôtel  
**TARIFS CURISTES saison thermale du 3 mai au 24 octobre 2020.**

**Prix Pension :**  
1 pers : 70 € à 78 €  
2 pers : 111 € à 121 €

**Prix pension Repas léger le soir :**  
1 pers : 67 € à 75 €  
2 pers : 105 € à 115 €

**Prix ½ pension :**  
1 pers : 64 € à 72 €  
2 pers : 99 € à 109 €

**Ouvert du dimanche 3 mai au samedi 24 octobre 2020**

- Tarifs court séjour :**
- Chambre double : 65 à 75 €
  - Petit déjeuner buffet : 9 €
  - Chambre double ½ pension (prix par pers) 55 € à 60 €
  - Chambre double en pension complète (prix par pers) 63 € à 68 €

23 cours des Quinconces – Bagnères de Luchon  
05.61.79.02.14  
contact@hotelaquitaine.fr - www.hotelaquitaine.fr



## HÔTEL CELESTE \*\*



### Le calme de la campagne au centre-ville

L'Hôtel Céleste, situé au centre-ville, à 600m des Thermes et 300m de la télécabine, vous accueille toute l'année et vous fait bénéficier, avec son grand jardin d'intérieur, du calme de la campagne.

L'établissement a été entièrement rénové et ses chambres offrent une vue imprenable sur les Pyrénées, équipées de :

- télévision
- connexion Wifi gratuite
- coffre-fort individuel.

**Une cuisine traditionnelle et raffinée, un accueil attentif et une ambiance conviviale** permettront de passer un excellent séjour.

Les familles bénéficient de conditions adaptées ainsi que les curistes. Un régime ? N'hésitez pas à nous le signaler.

Sportifs, cyclotouristes, réclamez nos menus spéciaux, à base de pâtes fraîches. L'hôtel propose à ses clients qui le désirent un parking payant et fermé. Un local à vélo fermé est à la disposition de nos amis cyclistes.

Si vous devez vous lever aux aurores, notre formule buffet vous permet de prendre votre petit déjeuner.

Chambre triple et quadruple pour familles (tarifs, nous consulter)

Tarifs curistes, nous consulter

Supplément de **5€/jour** pour les animaux.

32 Rue Lamartine – 31110 Bagnères de Luchon  
05.61.94.74.84  
hotel.celeste@wanadoo.fr - www.celeste-hotel.fr



## HÔTEL LA VILLA D'ALTI \*\*



Située dans un cadre exceptionnel, au pied des Pyrénées, la Villa d'Alti allie charme et sérénité. Cet ancien couvent rénové du XIX<sup>e</sup> siècle avec sa chapelle et son parc arboré est le lieu idéal pour découvrir Luchon et ses environs. Vous serez séduit par ce lieu atypique et chargé d'histoire. Sa vue imprenable sur la montagne vous garantit un dépaysement total. Nous proposons une large gamme de chambres : familiales, supérieures, dortoirs... il y a en a pour tous les goûts.

A deux pas de toutes les activités sportives (tennis, golf, parapente, VTT, ski) des commerces et des Thermes de Luchon, «La Villa d'Alti» est la destination idéale pour vos vacances, cures, séminaires ou réunions de famille.

3 avenue Jacques Barrau - 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 79 75 54  
reception@villadalti.com - lavilladalti.com





## CAFÉ BELLEVUE HÔTEL FRANCOIS PREMIER



Hôtel restaurant au coeur de Bagnères-de-Luchon, Le Bellevue vous réserve un accueil chaleureux lors de votre weekend ski ou séjour thermale.

Egalement brasserie, nous proposons un cadre charmant pour déguster notre cuisine, avec une terrasse surplombant la rivière Ariège. Venez découvrir notre cuisine traditionnelle améliorée, modernisée, avec des prix abordables ! Acceptant les animaux, l'accueil fait partie des points forts et des valeurs de notre hôtel restaurant et nous bénéficions d'une situation privilégiée : proche des commerces, de la télécabine et du marché. De plus, face à l'établissement, un arrêt navette permet de rejoindre les thermes.

1 allées d'etigny 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 95 94 68



### APARTHOTEL LE PETIT TRAIN \*\* VINTAGE



L'Aparthotel Le Petit Train vous accueille à Luchon, en face du parc et des thermes et à 300 mètres de la télécabine. Chaque chambre est équipée d'une télévision et d'une salle de bains privative.

Le studio est muni d'une kitchenette.

11 Cours des Quinconces  
31110 Bagnères de Luchon  
05 61 94 20 64  
apart@luchon.net  
www.luchon.net



### HOTEL DES 2 NATIONS



5 Générations à votre service, hôtel avec restaurant au centre-ville, proche des thermes et du téléporté. ½ pension ou pension complète  
Tarif Curiste nous consulter

5 rue Victor Hugo  
31110 Bagnères de Luchon  
05 61 79 01 71  
info@hotel-des2nations.com



## HÔTEL BISTROT LE CÉCIRÉ



L'Hotel Le Céciré doit son nom au Pic de Céciré, sommet culminant à 2403m, qui abrite la station de Superbagnères. L'Hôtel est situé en plein centre de Bagnères de Luchon.

Il y a 18 chambres spacieuses, équipées de la TV et du Wifi.

Nous proposons également, en partenariat avec le magasin Intersport, une location de skis et de vélos avec des tarifs préférentiels au sein même de l'hôtel.

Un local sécurisé est à votre disposition pour vos skis et vos vélos.

Un bar Lounge à la fois moderne, convivial et chaleureux vous attend pour vos retours de skis ou de ballades.

Une restauration simple, économique mais de qualité vous sera proposée les midis, ainsi qu'en soirées pendant les vacances.

Sandrine et son équipe vous accueilleront afin de vous faire passer un agréable moment.

12 Allées d'Etigny - 31110 Bagnères de Luchon  
05.61.79.66.54 / 06.98.86.20.45  
hotelcecire.luchon@gmail.com - www.hotel-lececire.com



### LE PATIO DE LUCHON (TROIS ÉPIS)



Maison d'hôtes en plein centre de Luchon à 250 mètres des télécabines et 500 mètres des thermes et du Vaporarium, notre maison propose 5 chambres de charme, joliment décorées (labellisés 3 épis).

48 rue Lamartine  
31110 Bagnères de Luchon  
06 59 42 61 73  
lepatiodeluchon31@orange.fr  
www.lepatiodeluchon.com



### MAISON GASCON



Maison d'hôte au meilleur prix à découvrir. Ambiance familiale et conviviale, accueil chaleureux. 200m des Thermes, centre ville. Pension, ½ pension. Cuisine maison. Parc et parking.

42, Allées d'Etigny  
31110 Bagnères de Luchon  
05 61 79 00 03  
06 81 78 44 28  
maison.gascon@wanadoo.fr  
maison-gascon.com



# Campings

## CAMPSITES • CAMPINGS



**CHÈQUES VACANCES ACCEPTÉS**



**LOCATION DE CHALETS**  
chalet rental/alquiler de bungalow de madera



**LOCATION DE MOBIL-HOMES**  
mobile home rental/alquiler de mobil-home



**MOBILE HOME RENTAL/ALQUILER DE MOBIL-HOME**  
mobile home rental/alquiler de mobil-home



**PARKING**  
parking



**RESTAURANT**  
restaurant/restaurante



**ALIMENTATION**  
grocery shop/tienda de comestibles



**AIRE DE JEUX**  
aire de jeux



**PISCINE EXTÉRIEURE**  
piscine extérieure



**WIFI**  
wifi/wifn



**ACCÈS HANDICAPÉS**  
disabled access/adaptado a minusvalidos



**ANIMAUX ADMIS**  
pets welcome/se admiten animales

### CAMPING PRADELONGUE \*\*\*\*



Piscine chauffée, nombreux terrains de sport et de jeux, WIFI, navette thermique gratuits, emplacements calmes et arborés, Mobil Homes de grand confort, supermarché à proximité immédiate et un accueil attentionné pour rendre votre séjour des plus agréables.

5 chemin des Trêtes  
31110 Moustachon Luchon  
0561798644  
contact@camping-pradelongue.com  
www.camping-pradelongue.com



### CAMPING O'LANETTE \*\*\*



Le Domaine O'lanette vous accueille toute l'année. Camping situé à 1.5 km de Luchon et des Thermes. Profitez de nos emplacements vastes et arborés ainsi que nos chalets ou mobil homes équipés pour un long séjour (canapé, TV). Pour les cures thermales des tarifs préférentiels tout au long de l'année. De nombreuses activités s'offrent aussi à vous du printemps à l'hiver : golf, randonnée, cyclisme, pêche.  
Venez profiter d'un séjour à la montagne en contact avec la nature pour votre séjour thermal.

6 Chemin de la mouline  
31110 Montauban de Luchon  
05.61.89.84.90  
domaineolanette@orange.fr  
domaineolanette-luchon.com/fr/



### CAMPING DES THERMES \*\*



Le camping le plus proche des thermes et du centre ville. Emilie vous accueille dans cadre familiale et conviviale de 28 emplacements. wifi gratuit . réduction de 10 % pour les curistes.

13 avenue de Venasque  
31110 Bagnères-de-Luchon  
0561790385  
campingdesthermes@gmail.com  
www.campingdesthermes.com



### CAMPING CHANTECLER \*\*



Chantecler : 60 empl , 900 m de la cure. Camping calme et familial. 18 Résidences mobiles : idéales pour séjours en montagne et particulièrement pour une cure. Accueil camping car. Prix curistes.

49 bis avenue de Venasque  
31110 Bagnères-de-Luchon  
05-61-88-15-33  
06-01-73-31-01  
campingchantecler@orange.fr  
www.campingchanteclerluchon.fr



## AU FIL DE L'OÛ \*\*\*



Le camping Au Fil de l'Oû est situé à proximité immédiate du centre-ville et des Thermes de Bagnères-de-Luchon (700m) sur un site de 2,5 hectares. Au cœur d'un cadre naturel exceptionnel, face aux montagnes et en bord de rivière, son environnement verdoyant, calme et reposant, rendra votre séjour unique. Vous serez séduit par son ambiance conviviale et son emplacement idéal pour tout faire à pied.

### Emplacements : l'esprit camping

66 emplacements pour camping-cars, tentes et caravanes, plats et spacieux (80 à 120 m<sup>2</sup>), avec accès à l'électricité, répartis dans un parc arboré régulièrement taillé offrant le meilleur compromis entre ombre et soleil. Bloc sanitaire agréable et chauffé en basse saison.

### Locatifs : confortables

38 Mobil-homes 2 à 6 places parfaitement entretenus, équipés, paysagés et harmonieusement répartis dans un esprit de village. Tous disposent d'une vaste terrasse, d'un abri de jardin, d'un salon de jardin, du chauffage, et de la TV par satellite.

### Services

Nombreux services sur place pour votre confort : Boulangerie/Restauration/Navette thermale gratuite/Wifi gratuit/Laverie/Aire de service camping-cars

### Loisirs

Nous mettons à votre disposition une salle de détente chauffée avec TV, un boulodrome, une aire de jeux, des tables de ping-pong.

A proximité vous trouverez toutes les commodités: commerces, cinéma, piscine, tennis, mini-golf, golf...

Formules spéciales curistes et longs séjours : consultez nous !  
Rejoignez-nous sur Facebook : Camping Au Fil de l'Oo.

37 avenue de Vénasque 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 79 30 74  
campingaufildeloo@gmail.com - campingaufildeloo.com



## LE PYRÉNÉEN \*\*\*



Le camping Le Pyrénéen est un camping familial de taille humaine avec ses 75 emplacements, labellisé « camping qualité ». Diverses prestations sont proposées, locations de mobil homes, mobil-home PMR et emplacements camping. Piscine chauffée avec sa patageoire, épicerie, laverie, boulodrome, aire de jeux... Tarifs spécial curistes à partir de 450.00 euros les trois semaines en mobil home, navette privée vers le Centre thermal. Le camping est ouvert du 10/12 au 15/10.

7 Molles 31110 Salles et Pratviel  
05 61 79 59 19  
contact@campinglepyreneen-luchon.com  
campinglepyreneen-luchon.com



## LES MYRTILLES \*\*\*



Le camping Les Myrtilles (100 emplacements spacieux et délimités) vous accueille toute l'année dans une ambiance très conviviale et familiale. Sanitaires chauffés en hiver. Lingerie. Wifi gratuite. Animation pour tous et snack bar. Navette thermale gratuite. Bibliothèque, piscine, aire de jeux, boules, billard, baby, volley... Aire de camping-car.

Emplacement de 8,30 € à 20,10 € / jour : -5 à 15% pour 20 nuits/ Mobil home de 2 à 6 per : 284 € à 636 € dont 1 semaine offerte pour 3 louées en basse saison.

2 chemin de la Tribune 31110 Moustajon  
05 61 79 89 89  
myrtilles.moustajon@orange.fr - www.camping-myrtilles-luchon.com



## ACANTHE PYRENEES



Visitez nos biens sur notre site internet.

Réservez et payez en ligne en toute sécurité [www.acanthe-pyrenees.com](http://www.acanthe-pyrenees.com)

VOTRE SPECIALISTE EN LOCATIONS DE VACANCES

GERANCE LOCATIVE - LOCATION A L'ANNEE

### LOCATIONS DE VACANCES

en toutes saisons sur LUCHON et SUPERBAGNERES.

Nombreux appartements confortables dans résidences récentes (TV, Parking, Balcon...).

- Accueil dans des logements de qualité
- Location de draps, linge de toilette, lit bébé...
- Pour votre confort des alèzes sont à votre disposition, des taies d'oreiller jetables et tapis de bains.
- Cadeau de bienvenue,
- Prêt de livres pendant votre séjour,
- Assurance annulation,
- Remise des clefs 24h/24h

**VENTE APPARTEMENT MAISON  
SYNDIC DE COPROPRIETES**

**FORFAIT CURE** à partir de 480 € \* les 3 semaines  
**VACANCES** à la montagne à partir de 160 € \* la semaine  
**WEEK END DECOUVERTE** à partir de 80€ \* (3jours/2nuits)  
 \*sur la base d'un studio pour 2/3 personnes charges eau et électricité inclus frais de dossier (20 €) en sus.



20 place Joffre ( Place de l'Eglise) – 31110 Bagnères de Luchon  
 Tél : 05.61.79.34.34  
 Email : [luchon@acanthe-pyrenees.com](mailto:luchon@acanthe-pyrenees.com)



## CINÉMA REX



Le cinéma Rex vous accueille toute l'année dans son complexe de 2 salles (373 places) entièrement rénové équipé en numérique, son dolby en 7.1 et 3D. Salles climatisées et accès à mobilité réduite pour la salle 1.

Les salles sont équipées du système audio sans fil "FIDELIO" offrant une narration descriptive pour les malvoyants et un son amplifié pour les malentendants.

Le cinéma, dont la programmation est à la fois dédiée aux blockbusters et au cinéma d'auteurs, est classé Art & Essai, avec les labels Jeune public / Recherche et Découverte.

Le cinéma accueille le Festival Cinélatino avec des équipes de films.

Retransmission en direct du ROYAL OPERA HOUSE de Londres des opéras et ballets, mais aussi Théâtre en direct de la Comédie Française.

Rejoignez-nous sur Facebook : Cinema Rex Luchon

Rue Lassus Nestier - 31110 Bagnères de Luchon  
05 61 79 00 52  
cineluchonrex@hotmail.fr – www.cinematluchon.com



## INTERSPORT



Intersport Luchon c'est avant tout LA référence pour les équipements de sports à Bagnères de Luchon. Situé au cœur des PYRENEES en Haute Garonne à 10km de la frontière espagnole, ce magasin indépendant, sociétaire du groupe Intersport, est l'un des plus anciens en France et a su au cours du temps conquérir une clientèle aujourd'hui fidèle depuis plus de 30 ans et sans cesse grandissante.

Spécialiste des sports de montagne, hiver : Vente et Location de skis et snowboard, été : Vente et Location de cycles, mais aussi multisports : randonnée, escalade, running, trail, tennis, sport d'équipe,... vous y trouverez également un grand choix de chaussures et vêtements urbains et outdoor, du bébé au sénior.

8 Allées d'Etigny – 31110 Bagnères de Luchon  
05.61.79.35.27  
intersport-luchon@orange.fr - www.intersport-luchon.fr

## JULIEN LAPORTE



**Découvrez les Pyrénées Centrales et le mythique Aneto** quelle que soit la saison, que vous soyez débutant ou confirmé.

**L'été** : Ascension, Alpinisme, Canyoning, Escalade, Via-Ferrata, Expéditions.

**L'hiver** : Alpinisme, Ski Hors-Piste, Ski de randonnée, Raid à ski, cascade de glace, Expéditions.

17 Rue de Langlade 31110 Montauban de Luchon  
06.07.26.22.22  
julien.laporte.guide@gmail.com - julien-laporte.com

## DOMINIQUE FOURNIER



**Atelier Dominique Fournier**, Meilleur Ouvrier de France

Domi vous accueille, au cœur de Luchon dans son Atelier Photo. Vous avez besoin d'un photographe pour votre mariage, événement, d'une photo agréée ANTS (carte d'identité, permis de conduire,...), de restaurer vos photos anciennes, de consulter vos mails, d'imprimer vos documents, de développer vos photos,...

Venez Découvrir la Boutique de **Dominique Fournier** pour **voyager dans la magie de la Photo**.

*Dominique Fournier*  
Meilleur Ouvrier de France

67 Allées d'Etigny - 31110 Bagnères de Luchon  
05.81.66.55.69  
domyphoto31@gmail.com - dominique-fournier.fr

## SARL COLOQUINTE



Votre magasin **COLOQUINTE** à Luchon existe depuis juillet 2003, dirigé par Véronique et son **équipe professionnelle** ; Nous vous accueillons dans 450m<sup>2</sup> d'exposition en plein centre-ville au 20 allée d'Etigny.

Vous y découvrirez des jeux et jouets, **tout pour la maison** (textile, vaisselle, meuble, canapé, literie), **décoration** (déco design et traditionnelle) et un large choix de **tableaux**.

Le Magasin **de la literie** :  
52 rue Lamartine - 31110 Bagnères de Luchon

05.62.00.12.29  
sarlcoloquinte@gmail.com  
coloquinte-ameublement-jouet.com

## LA GUINGUETTE DE BADECH



Snack bar, salon de thé, événements

Situé à 10 min à pied du centre-ville de Luchon, dans un site propice à la promenade et à la détente au bord du Lac de Badech, la Guinguette vous offre des vues imprenables sur un paysage de verdure grandiose au cœur des montagnes luchonnaises.

C'est un lieu idéal de **convivialité** et de **dépaysement**, qui vous accueille, entre amis ou en famille, pour votre pause déjeuner et pour le goûter. Salades, croque-monsieur, gaufres et autres gourmandises vous attendent, en terrasse ou près de la cheminée.

Pour vos soirées, venez dîner, danser, chanter, vous divertir lors de nos divers événements à thèmes (concerts, soirées dansantes etc.).

« Accueil très chaleureux, endroit reposant et très mignon.

Une décoration magnifique »

« Un lieu unique. De bons plats, une belle présentation, et surtout gardez une place pour le dessert, les gaufres liégeoises ! une tuerie, vraiment excellent !! »

« Ambiance champêtre, calme, service très sympa ! Je recommande ! »

Infos & réservations  
05.61.88.98.18  
info@laguinguette31.fr - www.laguinguette31.com

### ESPACE BEAUTE ET BIEN-ÊTRE



Au cœur de Luchon, Sandrine, esthéticienne spécialisation en massage de bien-être, vous accueille sur rendez-vous. Soins Visage et maquillage Bio Couleur caramel, Epilation en douceur.

Prestations ayurvédiques tibétaines, chinoises et japonaises.

19 Rue Sylvie  
31110 Bagnère de Luchon  
06 15 55 89 40  
sandrinebb@live.fr  
www.espacebeauteluchon.fr

### LES GALERIES GOURMANDES



Au cœur de Luchon, venez découvrir un endroit unique, décontracté et convivial.

Restaurant et bar à vins où vous pouvez découvrir, déguster sur place, une grande variété de vins, accompagnée d'une cuisine soignée, tapas et diverses suggestions de plats, faisant de ce lieu atypique, l'endroit incontournable de vos soirées à Luchon.

19 Avenue Carnot  
31110 Bagnères de Luchon  
05.62.00.13.79  
contact@lgl.fr - www.lgl.fr

Les données collectées dans le cadre de la fiche de réservation sont traitées par : les Thermes de Luchon en qualité de Responsable de traitement aux fins de gestion des demandes de réservation de cures thermales. Le défaut de réponse pourra conduire les Thermes de Luchon à ne pas pouvoir traiter votre demande. Conformément à la réglementation applicable en matière de données personnelles, vous bénéficiez d'un droit d'accès aux données vous concernant, d'un droit de rectification, d'un droit à l'effacement des données, du droit de retirer votre consentement au traitement des données, du droit à la limitation du traitement, du droit à la portabilité des données, du droit de vous opposer au traitement pour un motif légitime, du droit de vous opposer sans motif à la prospection commerciale, du droit de formuler des directives concernant la conservation, l'effacement et la communication de vos données post-mortem, ainsi que du droit d'introduire une réclamation auprès de la CNIL. Pour plus de précisions, nous vous invitons à consulter la Politique que nous avons mise en place en matière de protection des données personnelles et qui est accessible sur notre site internet [www.thermes-luchon.fr](http://www.thermes-luchon.fr).

• Rédacteur en chef : Bruno AUGUSTO • Rédacteurs adjoints : Jean-Claude TINÉ, Colette SOULANS, Anna CHANGEUX • Rédactrice : Catherine DERACHE • Conception / Iconographie / mise en page /préresse : Fabrice CAPERAN • Crédits photos : Dominique FOURNIER, AG Pyrénées 31 Tourisme, Mairie de Bagnères-de-Luchon • Impression & diffusion : Imprimerie Reliefdoc, 17 Avenue Prat Gimont, 31130 Balma • Tirage : 30 000 exemplaires • Distribution : Imprimerie Reliefdoc et Thermes de Luchon • Fin de rédaction : mardi 15 décembre 2020.

**Luchon**  
LES THERMES  
*Pyrénez-vous !*

Réserver votre cure sur :  
[www.thermes-luchon.fr](http://www.thermes-luchon.fr)

Ouverture des Thermes du 29 mars au 13 novembre 2021

05 61 94 52 52  
[contact@thermes-luchon.fr](mailto:contact@thermes-luchon.fr)


 [infothermes](#)

**Luchon**  
BIEN-ÊTRE  
*Pyrénez-vous !*

Retrouvez toute notre actualité, nos jours et horaires d'ouverture  
ainsi que nos conditions générales des ventes sur :  
[www.thermes-luchon.fr/bien-etre](http://www.thermes-luchon.fr/bien-etre)

Ouverture de nos espaces du 3 avril au 12 novembre 2021

05 61 79 22 97  
[info@luchon-bien-etre.fr](mailto:info@luchon-bien-etre.fr)

 [vaporarium.luchon](#)