

# LES BALNÉADES

CARTE DES SOINS

---



## 4 ESPACES POUR UN BIEN-ÊTRE À L'ÉTAT PUR

### ESPACE AQUA

Un bassin de relaxation de 200m<sup>2</sup> avec une eau à 33°, composé d'un parcours d'aquavitalité avec banquette et lits bouillonnants, jets massants, geyser, col de cygne, cascades chaude et froide, marche sur galets et rivière à contre-courant. Nous y dispensons des cours d'aquagym: aquabike, aquamusic et aquafitness.

### ESPACE DÉTENTE

Espace dédié à la relaxation totale avec son sauna, son hammam et sa salle de repos avec transats, tisanerie et solarium.

### ESPACE FORME

Riche de 3 salles pour la remise en forme et l'entretien physique: cardio-training, musculation et cours collectifs. Coaching personnalisé possible.

### ESPACE SOINS

Cocon de relaxation et de plénitude. Nos praticiennes vous apportent bien-être et douceur. Bilan beauté et minceur personnalisé possible.



### RECOMMANDATIONS

• Nos soins sont effectués uniquement sur réservation et selon la disponibilité. • Pour votre bien-être nous vous conseillons de le faire 3 semaines à l'avance. • Lors de votre réservation, un acompte de **30%** de la valeur du soin vous sera demandé. En cas d'annulation de votre part à moins de **48h**, ce dernier sera facturé et décompté de votre soin. • Nous vous prions de bien vouloir vous présenter **20 min.** avant votre soin, tout retard sera imputé sur le temps de soin. • **Les temps indiqués sont des temps de soin.** • **Modelages à partir de 18 ans.** • Toute personne souffrant d'une maladie grave, infectieuse ou en phase de rémission ne pourra être massée. • Respectez les recommandations pour les modelages futures ou jeunes mamans. • **L'accès aux espaces aqua, forme et détente est offert pour tous soins de 50 min. du mardi au jeudi.**

RITUELS SPA	4
LES ORIENTAUX	5
MODELAGES	8 - 11
SOINS DU VISAGE	12 - 14
SOINS HYDROTHÉRAPIE	16
PRESSOTHÉRAPIE	17
GOMMAGES	17
ÉPILATIONS	17
FUTURES ET JEUNES MAMANS	19
MINCEUR ET PROGRAMME MINCEUR	20 - 21
FORMULES SUR MESURE À LA JOURNÉE	22
FORMULES DÉCOUVERTES SPA	22
IDÉES CADEAUX	22

## RITUELS SPA

### ESPRIT DE POLYNÉSIE - 80 min.

Voyage au cœur des atolls Polynésiens pour un effet détoxifiant, relaxant et apaisant.

- Gommage délicieux aux douces effluves de vanille des îles.
- Modelage mahana lent et puissant à l'huile chaude de monoï et aux pochons.
- Application d'une huile sèche au monoï de Tahiti et nacres.  
**Prolongez l'expérience avec le bain eau des lagons (+20 min.).**

### INDOCÉANE - 80 min.

Voyage sur les routes de l'Orient durant lequel se mêlent couleurs et parfums orientaux aux richesses marines.

- Gommage enivrant aux saveurs d'agrumes.
- Modelage d'inspiration ayurvédique aux huiles essentielles de bois précieux.
  - Enveloppement fondant au lotus sacré.  
**Prolongez l'expérience avec le bain de lait (+20 min.).**

### ESCALE SENSORIELLE - 80 min.

Rituel signature des Balnéades. Comme une invitation pour un lâcher-prise intégral, une échappée hors du temps, une bulle de bien-être et de douceur.

- Gommage détoxifiant aux effluves océaniques.
- Modelage du corps mêlant la douceur du végétal, la chaleur des pierres de basalte, la légèreté des pochons aromatiques et l'expertise du shiatsu visage.
  - Enveloppement délicieux au Moana.  
**Prolongez l'expérience par le bain lacté aux effluves méditerranéennes (+20 min.).**

### PRODIGE DES OCÉANS - 120 min.

Expérience suprême de beauté et de plénitude.

Ce rituel d'exception aux 7 techniques de modelages associe un soin du visage jeunesse global inspiré de techniques coréennes et japonaises nées de l'expertise Thalgo à un modelage du corps aux manœuvres libératrices de toutes tensions. Pour un moment de pur plaisir qui s'étend de la tête aux pieds pour se sentir profondément revitalisé et apaisé.

### SENSATION AMAZONIENNE - 50 min.

Invitation à la relaxation et à la détente sous une douce pluie tempérée.

- Gommage du corps marin.
- Modelage à la fois profond et doux au baume aquatique.

## LES ORIENTAUX\*

### GOMMAGE AU SAVON NOIR - 20 min.

Empruntez les routes de l'Orient grâce à l'action purifiante du savon noir délicatement parfumé à l'eucalyptus, associé à l'action exfoliante du gant kessa. Dans le respect de la tradition orientale votre gommage devra être précédé d'une séance de hammam.

### SOIN VISAGE BEAUTÉ D'ORIENT - 35 min.

Soin nettoyant et purifiant en profondeur grâce à l'huile d'argan. Il oxygène votre peau avec l'exfoliant aux grains doux et délicats. Il apporte éclat et hydratation avec son masque de modelage.

### MODELAGE ORIENTAL - 35 min.

Délicatement bercé par les effluves d'huile d'argan chaude ou de fleur d'oranger, ce modelage alternant lissages, pétrissages et malaxages s'attarde sur les nœuds et les tensions musculaires. Il apaise stress et anxiété, il favorise l'élimination des toxines et apporte une détente musculaire pour un réel bien-être.

### RITUEL DE L'ATLAS - 45 min.

Soin signature du dos pour les hommes, détoxifiant et apaisant.

- Gommages et enveloppement au rassoul de l'Atlas.
- Modelage profond et relaxant du dos, des trapèzes et des bras.

### RITUEL TERRES D'ORIENT - 80 min.

Invitation à l'évasion et à la quête de l'oubli de soi.

- Bain aux effluves orientales et gommage au savon noir.
  - Modelage oriental et réflexologie plantaire.

\* Accès à l'espace détente inclus dans vos soins.



## MODELAGES DÉCOUVERTES

### **RELAXANT\*** - 20 min.

Invitation au bien-être qui dénoue peu à peu tensions et stress. Il est basé sur des techniques californiennes.

### **RELAXATION VISAGE ET CUIR CHEVELU\*** - 20 min.

Modelage apaisant et doux du décolleté, du cou, du visage et du cuir chevelu, il apaise toutes les tensions, calme le stress et l'anxiété, détend les muscles du visage et oxygène le corps et l'esprit.

### **SENSORIEL\*** - 35 min.

Douce rêverie, ce modelage vous emporte dans un tourbillon de relaxation et de détente. Mêlant avec douceur la chaleur douce des pierres, la délicatesse végétale des bambous, ce modelage se termine par une initiation au shiatsu du visage.

### **AMMA ASSIS** - 20 min.

Assis dans une position confortable sur une chaise ergonomique, ce modelage du dos, des bras et du cuir chevelu par pressions palmaires ou des doigts améliore la circulation énergétique, tout en apportant une sensation d'abandon de toute forme de tension.

### **SHIATSU VISAGE ET TÊTE OU ARRIÈRE DU CORPS** - 20 min.

Technique énergétique manuelle d'origine japonaise exercée au sol par pressions palmaires ou des doigts le long des méridiens d'acupuncture. Il rétablit la circulation de l'énergie vitale et améliore la circulation sanguine et lymphatique, il procure un sentiment de liberté.  
**Shiatsu complet de 60 min. uniquement sur demande réalisé par un praticien diplômé.**

### **RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE\*** - 20 min.

Modelage par pressions douces des doigts sur les pieds et la voûte plantaire favorisant un état de détente et de relaxation profond. Il favorise l'élimination des toxines et apporte une sensation de bien-être.

\* Soins en cabine duo selon disponibilité.

## MODELAGES DU MONDE

### **CALIFORNIEN\*** - 50 min.

Par ses manœuvres lentes, douces et enveloppantes, de la pointe des cheveux aux orteils, il apaise le corps et l'esprit. Véritable invitation à la détente il offre une nouvelle légèreté à tout votre corps.

### **COCOON\*** - 50 min.

Délicatement enveloppé dans un cocon de beurre de karité, votre esprit s'échappe grâce aux techniques apaisantes du modelage du visage et du crâne. Tout votre corps s'abandonne à ce modelage d'inspiration californienne procurant une sensation de confort et d'apaisement.

### **SUÉDOIS\*** - 50 min.

Modelage profond et tonique composé d'étirements, de pétrissages, de frictions et de percussions, il soulage les tensions, les douleurs et la fatigue pour une véritable récupération musculaire.

### **AYURVÉDIQUE\*** - 50 min.

Modelage de tradition indienne alternant des manœuvres douces et fermes à des frictions et percussions, des pétrissages et lissages à des étirements. Il offre un véritable effet dynamisant et réharmonise la circulation énergétique. .

### **BALINAIS** - 50 min.

Modelage de tradition indonésienne mêlant effleurages, pétrissages, frictions, percussions, étirements et acupressions. Il apporte une profonde relaxation du corps, évacue tension et fatigue. Équilibre harmonieusement le corps et l'esprit.

\* Soins en cabine duo selon disponibilité.



## MODELAGES SPÉCIFIQUES

### **AUX BAMBOUS\*** - 50 min.

Modelage d'origine africaine utilisant des tiges de bambous afin d'exercer des pressions douces et continues qui favorisent l'élimination des toxines et chassent la fatigue. Dans une gestuelle associant effleurages, pressions et vibrations, le corps retrouve toute sa légèreté.

### **AUX Pochons d'Herbes THAÏ\*** - 50 min.

Ce modelage utilise des pochons d'herbes chauffées placés sur les zones de tensions du corps. De larges mouvements circulaires et des pressions légères stimulent la circulation sanguine et réchauffent les muscles soulageant les douleurs et favorisant la détente.

### **AUX PIERRES CHAUDES** - 60 min.

Modelage d'origine hawaïenne utilisant des pierres volcaniques et des huiles de modelage délicatement parfumées. Il apaise les tensions musculaires par l'action combinée de la chaleur des galets et des manœuvres enveloppantes et profondes. Il chasse le stress, renforce le système immunitaire, détend l'organisme et régule la circulation des flux énergétiques.

## SPÉCIALITÉ BALNÉADES

### **MODELAGE 4 MAINS** - 30 ou 50 min.

Abandonnez-vous à un moment exceptionnel, unique et divin de plénitude et de sérénité absolue. Ce modelage à la fois enveloppant, doux et profond est orchestré par un ballet de 4 mains savamment synchronisées et rythmées alternant des techniques californiennes, balinaises et ayurvédiques, il pousse votre cerveau à une déconnexion totale.

\* Soins en cabine duo selon disponibilité.

## SOINS DU VISAGE

### **BILAN BEAUTÉ\*** - 20 min.

Instant privilégié avec votre expert beauté qui vous laisse choisir avec sérénité le soin visage le plus adapté aux besoins de votre peau et de vos exigences beauté.

### **BEAUTÉ ÉCLAT** - 20 min.

Ce soin court spécialement conçu pour une mise en beauté éclair débute par un nettoyage de peau utilisant un gommage aux grains doux, suivi d'un masque régénérateur qui réveille l'éclat de votre peau et durant lequel votre praticienne soulage les tensions des trapèzes.

### **FONDAMENTAL DE LA MER** - 50 min.

La force vitale des océans concentrée au cœur d'un soin spécifique issu de l'expertise Thalgo. Ce soin propose une réponse personnalisée aux besoins essentiels de chaque nature de peau : déshydratée, sèche et sensible, mixte à grasse. C'est une étape essentielle pour la rééquilibrer en douceur, tout en recevant un modelage sensoriel.

## SOIN CONTRÔLE JEUNESSE

### **SOIN JEUNESSE LPG** - 30 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins**

Endermolift : le soin visage fitness de votre peau. Utilisant la technologie LPG, il agit durablement sur les mécanismes de la peau en stimulant la synthèse naturelle de l'acide hyaluronique et retardant les effets du temps. Votre teint est immédiatement plus clair, les traits sont liftés, les rides comblées et l'ovale du visage resculpté.

\* Offert pour tout achat d'un forfait.

## SOINS CONTRÔLE JEUNESSE SUR MESURE DES LABORATOIRES THALGO

### **COMBLEUR HYALURONIQUE** - 60 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins**

Ce soin protection jeunesse gorgé d'acide hyaluronique apporte une solution immédiate et durable contre les rides superficielles et profondes en les comblant de l'intérieur et en repulpant la peau grâce à son modelage exclusif et son double masque professionnel. Vous retrouvez un teint éclatant de jeunesse.

### **SILICIUM LIFT** - 75 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins**

Ce soin ultra-liftant, activateur jeunesse traite en profondeur le relâchement cutané grâce à son extrait de silicium marin. Il redessine l'ovale du visage, lisse les traits, comble les rides, rehausse les contours du visage et du cou. Il commence par une exfoliation intense du visage qui optimise la pénétration des principes actifs, suit un modelage du visage spécialisé ainsi que la pose d'un masque super liftant. Votre teint est immédiatement étincelant, les rides sont moins visibles et la peau est raffermie.

### **SOIN PREMIUM THALGO** - 90 min.

Rituel visage Prodige des océans. Ce rituel de beauté suprême riche d'une puissance régénérative et correctrice jeunesse exceptionnelle, comble toutes les carences de votre peau grâce à l'Intelligence Marine Régénérative (brevet exclusif Thalgo). Parfaite alchimie entre efficacité et sensorialité, ce soin débute par un gommage en douceur, puis vous découvrez la pure oxygénation repulpante du masque et son modelage inspiré de techniques japonaises ancestrales spécifiques jeunesse. Votre peau retrouve confort et souplesse, un teint parfait, des rides lissées, fermes et toniques.

## SOINS EXPERT VISAGE THALGO

IBeauty : alliance de 3 technologies de pointe novatrice réunies dans un appareil ingénieux pour répondre à tous vos besoins avec efficacité. Votre teint est immédiatement plus lumineux et vos traits sont reposés. Vous trouvez dans ces différents soins les réponses à vos exigences beauté.

### **IBEAUTY RÉNOVATEUR PURETÉ** - 30 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins.**

Équilibrant dernière génération, votre peau s'offre une nouvelle pureté, un nouvel équilibre, elle est plus saine, plus lumineuse.

### **IBEAUTY CORRECTEUR D'HYDRATATION** - 45 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins.**

Gorgé d'actifs reminéralisants et ressourçants votre peau sera fraîche, lumineuse et hydratée.

### **IBEAUTY ACTIVATEUR DE JEUNESSE** - 45 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins.**

Véritable concentré d'efficacité anti-âge inspiré de la médecine esthétique, votre peau sera liftée et les rides estompées.

### **IBEAUTY RÉDUCTEUR DE RIDES** - 45 min.

**Existe en cure de 3 ou 5 soins.**

Haute-perfection jeunesse qui repousse les signes de l'âge, votre peau s'offre une nouvelle jeunesse aux traits lissés.





## SOINS D'HYDROTHERAPIE

### **DOUCHE À AFFUSION** - 10 min.

Allongé, vous recevez une délicate pluie d'eau tiède diffusée par des pommeaux au-dessus de vous. Ce soin apporte calme et détente, aide à éliminer les toxines et stimule la circulation sanguine.

### **BANQUETTE HYDROMASSANTE** - 10 min. ou 20 min.

Allongé sur un matelas d'eau, vous êtes en apesanteur. Massé sur tous les points de tension de la colonne vertébrale, des omoplates et des jambes par la force d'une eau chauffée par jets pulsés. La banquette soulage les tensions, active le drainage lymphatique, apporte une sensation de mieux-être.  
*Existe en formule sportif ou mal de dos.*

### **BAIN** - 20 min.

Allongé dans une baignoire, le corps est balayé de jets d'eau. Le bain améliore la circulation sanguine et lymphatique, soulage les tensions et les douleurs, stimule le tonus musculaire, diminue le stress et apporte un sentiment de détente. Choisissez votre parfum parmi nos essences et boules de bain.

### **ENVELOPPEMENT CORPOREL** - 20 min.

Allongé sur un matelas chaud, l'enveloppement permet d'éliminer les toxines et de libérer les tensions accumulées. Il hydrate la peau et améliore la circulation sanguine. Selon le choix de votre enveloppement, retrouvez une peau saine et confortable, parfaitement hydratée et nourrie.

- **Reminéralisant.**
- **Purifiant.**
- **Réconfortant.**

## **PRESSOTHÉRAPIE\*** - 20 min.

**Existe en cure de 3, 5 ou 7 soins.**

Technique qui alterne compressions et décompressions des zones traitées et qui améliore la circulation sanguine et lymphatique.

**Votre alliée minceur**: idéale pour lutter contre la cellulite en délogant les amas graisseux.

**Votre alliée jambes lourdes**: elle affine et soulage les jambes gonflées, prévient les varices, augmente le drainage lymphatique et l'évacuation des toxines.

## **GOMMAGES** - 20 min.

Soin corporel vertueux qui détoxifie et affine le grain de peau. Il stimule la circulation sanguine tout en adoucissant la peau.

- **Bora Bora aux douces effluves vanillées.**
- **Lagon aux senteurs marines.**
- **Roux aux sensations sucrées.**
- **Fleur d'oranger.**

## ÉPILATIONS

Les épilations sont effectuées à l'aide de cire tiède sans bande et spécifique aux peaux sensibles pour le visage et les zones sensibles, à l'aide d'une cire jetable pour peaux délicates, jetable avec bandes pour les autres zones

### **Femmes**

Lèvres et/ou sourcils.  
Demi-jambes, jambes entières ou bras.  
Aisselles, maillot ou brésilien.

### **Hommes**

Dos, torse ou jambes entières.

\* Interdit aux personnes présentant des varices.



## FUTURES ET JEUNES MAMANS

### **MODELAGE PRÉ-NATAL\*** - 60 min.

Modelage dédié au soulagement des tensions, des douleurs lombaires de la femme enceinte. Il favorise la circulation sanguine et lymphatique et offre une nouvelle énergie. Il est pratiqué avec une huile végétale nourrissante neutre dès **la fin du 4<sup>ème</sup> mois** et pendant toute la durée de la grossesse.

### **DOUCEUR JEUNE MAMAN** - 60 min.

Modelage de tradition orientale à la fois détoxifiant et relaxant, il apporte une sensation intense de plénitude. Les tensions du dos disparaissent peu à peu, les jambes retrouvent leur légèreté. Idéal pour se ressourcer après l'accouchement. **Attendre 3 mois après l'accouchement.**

### **ESCAPADE FUTURE MAMAN\*** - 110 min.

- 1 soin Fondamental de la mer.
  - 1 modelage pré-natal ou douceur jeune maman.
- Accès illimité à tous nos espaces sur 1 journée.**

### **ESCAPADE JEUNE MAMAN\*** - 110 min.

- 1 gommage à la fleur d'oranger.
  - 1 enveloppement au beurre de karité.
  - 1 modelage douceur jeune maman.
  - 1 banquette hydromassante (10 min.).
- Accès illimité à tous nos espaces sur 1 journée.**

\* Pour toute pathologie ou grossesse à risque, il est préférable d'avoir un avis médical.

## MINCEUR

### **BILAN MINCEUR** - 20 min.

Conseils personnalisés avec votre coach minceur qui vous proposera la solution minceur adaptée à vos besoins et à votre morphologie.

Le bilan est impératif avant tout choix de forfait.

**Offert pour tout achat d'un forfait minceur.**

### **CELLU M6 LPG\*** - 20 ou 35 min.

Symbole de la minceur par excellence, le palper-rouler LPG délivre une stimulation intense, mais toujours agréable, sur la surface de la peau pour réactiver en profondeur la lipolyse naturelle.

**Différents forfaits sont disponibles :**

- **Forfait minceur intégral de 5 ou 10 séances de 35 min.**
- **Forfait minceur zones rebelles de 5 ou 10 séances de 20 min.**

### **MINCEUR THALGO\*** - 45 min.

Gomme l'aspect peau d'orange, réactive le déstockage des graisses et renforce la tonicité et la fermeté de la peau par l'action du modelage Perfect sculpt. Il est précédé d'un enveloppement à l'oxygène actif et de l'application de concentré minceur haute-performance.

**Différents forfaits sont disponibles :**

- **Forfait sculpteur de 5 ou 10 séances.**

\* L'accès à tous les espaces est offert sur vos jours de rendez-vous.

## PROGRAMME MINCEUR 5 JOURS

Offrez-vous la silhouette de vos rêves, suivez une cure intensive adaptée à votre morphologie et à vos objectifs minceur. Sculptez votre corps grâce aux cours de fitness et d'aquagym, profitez de nos salles de cardio-training et de musculation et faites une pause dans notre espace détente.

### **JOUR 1**

- 1 bilan coach fitness
- 1 bilan coach minceur.
- 1 enveloppement minceur.
- 1 séance Cellu M6 LPG de 35 min.

### **JOUR 2**

- 1 soin minceur.
- 1 pressothérapie.
- 1 enveloppement minceur.

### **JOUR 3**

- 1 soin minceur.
- 1 pressothérapie.
- 1 enveloppement minceur.
- 1 séance d'aquabike.

### **JOUR 4**

- 1 soin minceur.
- 1 pressothérapie.
- 1 enveloppement minceur.

### **JOUR 5**

- 1 séance Cellu M6 LPG de 35 min.
  - 1 bain minceur.
  - 1 pressothérapie.
- 1 bilan coach minceur.
- 1 bilan coach fitness.

## FORMULES SUR MESURE À LA JOURNÉE

Composez votre journée sur mesure en sélectionnant sur la carte les soins identifiés par 🍀

Pensez à tenir compte du temps des soins dans votre sélection.

Prêt du linge peignoir, serviettes, claquettes offertes.

Accès à tous les espaces sur la journée.

- Formule 20 min. de soin.
- Formule 60 min. de soin.
- Formule 120 min. de soin.

## FORMULES DÉCOUVERTES SPA

### ESCAPADE RELAXANTE À DEUX SUR 1 JOURNÉE

Vivez ce moment de détente et de bien-être à deux.

Prêt du linge peignoir, serviettes, claquettes offertes.

Accès à tous les espaces sur la journée.

- 1 bain pour chaque personne.
- 1 enveloppement pour chaque personne.
- 1 modelage relaxant de 20 min. pour chaque personne.

Possibilité en cabine duo selon disponibilité.

### ESCAPADE TONIQUE SUR 1 JOURNÉE

Favorisez la détente musculaire et le relâchement des tensions.

Prêt du linge peignoir, serviettes, claquettes offertes.

Accès à tous les espaces sur la journée.

- 1 bain.
- 1 banquette hydromassante.
- 1 modelage suédois.

Possibilité en cabine duo selon disponibilité.

### ESCAPADE ZEN SUR 1 JOURNÉE

Retrouvez sérénité et bien-être.

Prêt du linge peignoir, serviettes, claquettes offertes.

Accès à tous les espaces sur la journée.

- 1 bain.
- 1 douche à effusion.
- 1 modelage californien.

Possibilité en cabine duo selon disponibilité.

## OFFRIR LES BALNÉADES

Offrez les Balnéades à vos proches par le biais de chèques cadeaux.  
En vente auprès de l'accueil ou sur notre site internet.

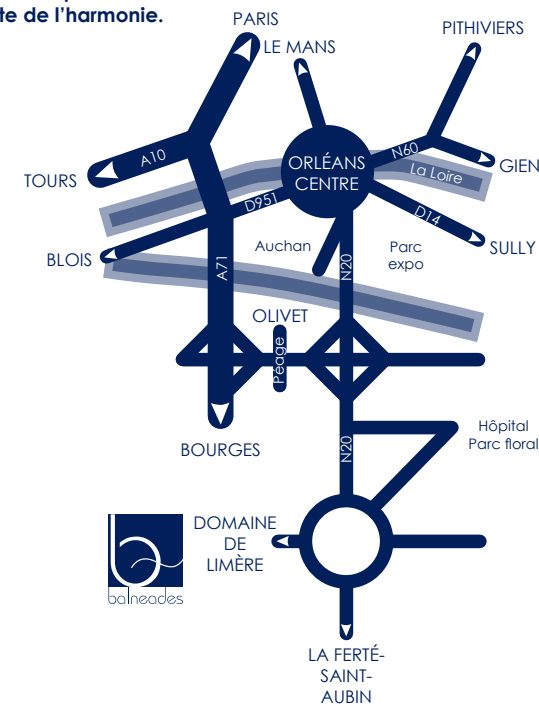
Aux portes de la Sologne et à seulement 1h15 de Paris. Dans un cadre naturel préservé, notre centre se situe sur le Domaine de Limère, doté d'un golf de 18 trous avec practice et d'un hôtel 4 étoiles. Un site unique de 342 hectares qui conjugue naturellement le respect de la nature et la quête de l'harmonie.



275, allée des 4 vents  
Domaine de Limère  
45160 ARDON

02 38 69 73 73

www.les-balneades.fr  
info@les-balneades.fr



### BUS

Ligne 1 direction Ardon - Limère

Arrêt : terminus

Marche : 15 minutes

### TRAM

Ligne A direction Hôpital  
La Source

Arrêt : Hôpital Accueil

Marche : 20 minutes

### DE PARIS

Comptez 1h30 à partir de la Porte d'Orléans avec trafic fluide.

- Prendre l'autoroute A10 en direction d'Orléans.
- Puis prendre l'autoroute A71 en direction de Vierzon/Châteauroux/Limoges.
- Prendre la Sortie Orléans-La-Source/Olivet.
- Prendre la direction La Ferté Saint-Aubin par la N20.
- Prendre la Sortie CHR/Domaine de Limère/IKEA.
- Au rond-point tourner à droite direction Domaine de Limère.
- Continuer tout droit sur 1 km et au rond-point prendre en face, vous êtes arrivé.



AQUA · DÉTENTE · FORME · SOINS

---

275, allée des 4 vents · Domaine de Limère · 45160 ARDON

02 38 69 73 73 - [www.les-balneades.fr](http://www.les-balneades.fr)