

Gonarthrose

Apprenez les exercices qui soulagent les douleurs et devenez acteur de votre santé.

Programme
complémentaire
18 jours
Aix-les-Bains
139€*



Découvrez les bienfaits de ce programme complémentaire à la cure qui comprend, en plus de vos soins thermaux :

- **1 bilan kiné** pour définir un programme adapté à votre gonarthrose.
- **9 cours de gymnastique** pour :
 - > retrouver la souplesse et la mobilité de votre genou,
 - > augmenter la force et la tonicité de vos muscles,
 - > accroître la stabilité de votre articulation,
 - > réduire les douleurs.
- **2 ateliers santé :**
 - > **anatomie et ergonomie du genou** (soulager son genou au quotidien), dispensé par un kinésithérapeute
 - > **nutrition** dispensé par un médecin nutritionniste.
- **4 fiches d'exercices** détaillées et illustrées, pour vous permettre de pratiquer chez vous.

Horaires de début des soins : entre 9h et 10h30.
Les activités se déroulent les après-midis.



POUR UN DÉBUT DE CURE entre le 05/03 et le 15/11/2018.

ValVital

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

www.valvital.fr

04 79 35 38 50



* Prestations non prises en charge par un Régime Primaire d'Assurance Maladie et soumises à nos conditions générales de vente.

TNAB - SA au capital de 2 000 000 € - RCS Chambéry 484 360 250 - Siège social : Place Maurice Mollard 73100 Aix-les-Bains - TVA : FR 04 484 360 250 - © photo : fotolia. Imprimé par Imprimerie Gutenberg, 9 rue de la Barrade - 74960 Meythet. Ne pas jeter sur la voie publique.