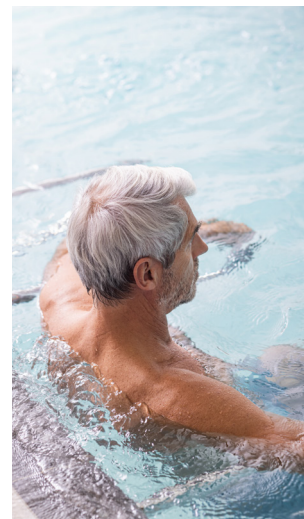




Thermes de
LUCHON

UN ÉCRIN DERNIER CRI POUR LES CURES RHUMATOLOGIE ET VOIES RESPIRATOIRES



SAISON THERMALE 2026

2 MARS > 14 NOVEMBRE

SOMMAIRE

Du 2 mars au 14 novembre 2026, les curistes rhumatologie et voies respiratoires bénéficient d'un environnement thermal moderne et adapté à leurs pathologies. Parcours de soins cohérent et fluide, programme complémentaire fibromyalgie, ateliers d'éducation à la santé, cures découverte... La prise en charge globale du curiste est au cœur des préoccupations des équipes thermales. Une offre complète de bien-être thermal enrichit la destination 7j/7, 365 jours par an.

SAISON 2026 - CURES MÉDICALES VOIES RESPIRATOIRES ET RHUMATOLOGIE

Pourquoi choisir Luchon pour sa cure thermique ? **p3**

Programme santé fibromyalgie. **p4**

Les cures Liberté 5 jours. **p5**

Journée découverte des soins thermaux rhumatologie. **p5**

Des ateliers complémentaires à la cure thermique rhumatologie. **p6**

BIEN-ÊTRE

3 800 m² d'espaces de bien-être thermal ouverts toute l'année. **p7**

Des offres combinées pour profiter de la balnéothérapie. **p8**

REPÈRES

Radioscopie Thermes de Luchon. **p9**

THERMES DE LUCHON - SAISON 2026

POURQUOI CHOISIR LUCHON POUR SA CURE THERMALE ?

Avec les eaux parmi les plus sulfurées de France et un vaporarium naturel unique en Europe, Luchon attire chaque année de nombreux curistes qui viennent soulager leurs pathologies ORL et rhumatismales. Dans un écrin splendide entouré de montagnes, chacun peut respirer un air pur et retrouver sa vitalité. Les Thermes de Luchon accueillent également les enfants dès 6 ans dans un espace dédié.

1

LES EAUX THERMALES LES PLUS SOUFRÉES DE FRANCE

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. Elles sont aujourd'hui captées à travers trois forages s'enfonçant de 170 m à 730 m. Leur température est respectivement de 65°C, 72°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.

2

LES ENFANTS CHOUCHOUTÉS AVEC UN SERVICE DÉDIÉ

La station de Luchon est l'alliée des enfants qui souffrent de pathologies ORL/Voies respiratoires. Elle leur réserve un accueil tout particulier avec un espace de soins dédié où tout est à leur taille. Une salle de jeux est ouverte pour les enfants de 6 à 12 ans pendant les vacances scolaires.

5

DES CURES LE SOIR POUR RÉPONDRE AUX CONTRAINTES D'AGENDA

Activité professionnelle, activités de montagne, tourisme... Pas évident de libérer du temps dans son agenda pour des soins thermaux quotidiens le matin pendant trois semaines. Les Thermes de Luchon élargissent leur offre avec la cure thermale du soir. Deux sessions sont proposées du 6 au 25 avril et du 6 au 25 juillet 2026. Le principe ? Le curiste suit son programme de soins thermaux en fin de journée, de 16h à 19h30, pendant trois semaines.

3

LE SEUL VAPORARIUM NATUREL EN EUROPE

C'est un soin de la cure voies respiratoires qu'on ne retrouve nulle part ailleurs. À Luchon, les curistes accèdent chaque jour pendant 15 minutes au seul vaporarium naturel d'Europe. Ils pénètrent dans une grotte et ses 150 mètres de tunnels, anciennes galeries de captage des eaux sulfurées. Ici, la température varie entre 38°C et 42°C et le taux d'humidité atteint les 95 %. Une expérience à vivre également côté bien-être puisque le vaporarium est accessible avec le forfait « Ressources & Vous ».

4

DES POSTES DE SOINS RH DERNIÈRE GÉNÉRATION

Luchon est l'une des rares stations thermales en France où l'on propose la quasi totalité de la panoplie de soins de rhumatologie existante, soit 14 soins différents. Outre un parcours curiste fluide et cohérent, les Thermes de Luchon disposent de postes de soins dernière génération. Les réglages sont automatiques et les soignants se concentrent sur la personne : accompagner son installation, expliquer le soin, veiller à la bonne exécution du soin...

Pathologies Rhumatismales soignées aux Thermes de Luchon

- 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.
- Polyarthrite rhumatoïde.
- Fibromyalgie.
- Spondylarthrite ankylosante.
- Rhumatisme psoriasique.
- Douleurs de l'ostéoporose, raideurs articulaires.

Pathologies ORL/voies respiratoires soignées aux Thermes de Luchon

- Rhino-sinuites 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 récidivantes, 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, bronchites asthmatiformes.

THERMES DE LUCHON - SAISON 2026

CURE THERMALE RHUMATOLOGIE 18 JOURS + PROGRAMME SANTÉ FIBROMYALGIE

Les Thermes de Luchon proposent un programme d'éducation à la santé dédié aux personnes fibromyalgiques. Il implique une équipe formée qui accompagne le curiste pour vivre mieux avec cette maladie. Activités physiques, sophrologie, yoga du rire, groupes de paroles, conférence médicale, soins de bien-être... rythment les trois semaines de cure au cœur d'un environnement montagneux qui favorise le lâcher-prise. Les soins thermaux sont aussi adaptés à la personne fibromyalgique. La température de l'eau et la pression des jets sont par exemple ajustés à la symptomatologie.

Cure thermique anti-douleurs 18 jours rhumatologie

Les soins anti-douleurs à l'eau thermale parmi ceux disponibles :

◆ Les bains sulfurés

- Bain avec aérobain
- Bain avec douche en immersion

◆ Les douches

- Douche générale au jet
- Douche locale
- Douche térébenthinée

◆ Les piscines

- Piscine de mobilisation
- Douche de forte pression sous immersion
- Douche sous marine

◆ Les soins par vapeurs

- Vaporarium
- Étuves des mains
- Douches de vapeurs locales

◆ Les applications de boue sulfurée

- Illutions de boue
- Bains de boue mains/pieds

◆ Cure de boisson (sur prescription)



Programme prévention santé fibromyalgie 18 jours

Des soins et des activités pour comprendre sa maladie et soulager ses douleurs

- ◆ Accueil par les infirmières thermales.
- ◆ Groupes de paroles animés par les infirmières thermales.
- ◆ Activité physique adaptée animée par un kinésithérapeute.
- ◆ Conférence médicale animée par le Dr Etchart Combes, médecin thermal.
- ◆ Massages réalisés par un kinésithérapeute (selon planning de soins).
- ◆ Lits hydromassants, séances encadrées par les infirmières thermales (selon planning de soins).
- ◆ Atelier relaxation et respiration et atelier yoga adapté animés par une sophrologue et relaxologue.
- ◆ Atelier nutrition animé par une nutritionniste.
- ◆ Atelier réflexologie animé par une réflexologue.

Combien ça coûte ?

150 € le programme prévention santé « Fibromyalgie » complémentaire à la cure thermale de 18 jours, non pris en charge par l'Assurance Maladie.

Dates des sessions 2026

- ◆ 6 avril
- ◆ 4 mai
- ◆ 1^{er} juin
- ◆ 6 juillet
- ◆ 3 août
- ◆ 7 septembre
- ◆ 5 octobre

12 curistes maximum/ session.

Les activités peuvent évoluer en fonction des disponibilités des prestataires.

Réservations

T. 05 61 94 52 52
thermes-luchon.fr

THERMES DE LUCHON - SAISON 2026

CURE LIBERTÉ : 5 JOURS À LA CARTE !

Pas le temps de consacrer trois semaines à une cure thermique ? Mais une forte envie de s'occuper de ses problèmes de santé dans un environnement vivifiant ? Cap sur les Thermes de Luchon qui proposent trois programmes de cure Liberté à la carte... On peut même emmener sa tribu ! Les cures Liberté sont disponibles pendant toute la saison thermique.

Cure liberté Rhumatologie - 5 jours**4 soins anti-douleurs à l'eau thermique/jour**

◆ Soins thermaux antalgiques et anti-inflammatoires

- Illutions de boue
- Bains de boue locaux
- Douche térébenthinée
- Étuves des mains
- Douche sous-marine

◆ Soins thermaux décontractants

- Piscine de mobilisation
- Douche de forte pression en piscine
- Bain avec aérobain
- Bain avec douche en immersion
- Douche générale au jet

- Douche locale
- Douche de vapeurs locales
- Vaporarium

Combien ça coûte ?

◆ Cure Liberté Rhumatologie 5 jours = 210 €, non pris en charge par l'Assurance Maladie.

Supplément Premium = 60 €.

Cure liberté Voies respiratoires/ORL - 5 jours**6 soins à l'eau thermique/jour**

◆ Soins thermaux nettoyants

- Gargarismes 37° - 38°C
- Action de nettoyage doux de la région oro-pharyngée.

- Irrigation nasale 37° - 38°C

Action de nettoyage des fosses nasales antérieures.

- Nébulisation 37° - 38°C

Action de massage en douceur de la muqueuse et du filtre nasal.

◆ Soins thermaux régénérants

- Pulvérisation 37° - 38°C

Bain d'eau thermique de la gorge, des amygdales et du pharynx.

- Humage individuel 37° - 38°C

Fluidifie les sécrétions nasales et bronchitiques et facilitent leur expectoration.

- Aérosol sonore 37° - 38°C

Pénétration de l'eau thermique jusque dans les bronches les plus fines comme dans les sinus.

Combien ça coûte ?

◆ Cure Liberté Voies respiratoires/ORL 5 jours = 180 €, non pris en charge par l'Assurance Maladie.

Supplément Premium = 60 €.

Tarif junior (jusqu'à 14 ans) = 120 €.

ET AUSSI : UNE JOURNÉE DÉCOUVERTE DES SOINS THERMAUX

Les Thermes de Luchon ont imaginé une journée découverte des soins thermaux rhumatologie pour faire ses premiers pas dans l'univers thermal et découvrir leurs sensations et leurs bienfaits. Au programme : étuves des mains, bains de boue locaux, douche en immersion, douche au jet et accès au Vaporarium.

Tarif : 60 €/personne.

Cure liberté Voies respiratoires/ORL - Famille 5 jours**6 soins à l'eau thermique/jour/pers. Forfait Famille pour deux personnes (1 parent et 1 enfant)****Combien ça coûte ?**

◆ Cure Liberté Voies respiratoires/ORL 5 jours Famille pour 1 parent et 1 enfant = 240 €, non pris en charge par l'Assurance Maladie.

THERMES DE LUCHON - SAISON 2026

DES ATELIERS COMPLÉMENTAIRES À LA CURE THERMALE RHUMATOLOGIE

Soulager les douleurs articulaires, réduire la prise de médicaments, se réadapter à l'effort : les Thermes de Luchon proposent un large panel d'activités collectives ou individuelles à la carte. Ces ateliers complémentaires visent à prolonger et à amplifier les bienfaits de la cure autour de trois thématiques : l'activité physique, la relaxation et l'éducation à la santé. Un programme à concocter sur-mesure avec les experts de la station pour obtenir des clés pour vivre mieux toute l'année avec sa pathologie.

ACTIVITÉ PHYSIQUE

♦ ÉQUILIBRE

avec un éducateur en activités physiques adaptées.

Les troubles de l'équilibre se font surtout sentir lors de la marche ou lorsque la personne se met debout. On apprend les bonnes attitudes à avoir pour prévenir les chutes et on teste des mouvements pour améliorer son équilibre.

♦ PILATES

avec un éducateur en activités physiques adaptées.

La méthode Pilates est une gym douce de renforcement des muscles posturaux. La discipline se penche plus particulièrement sur l'exécution du mouvement plutôt que sur sa répétition et sa force.

♦ GYMNASTIQUE ABDOMINALE HYPOPRESSIVE

avec un masseur-kinésithérapeute.

Après un échauffement des fascias pour détendre le thorax, le diaphragme et l'abdomen, on suit différents exercices et enchaînements pour travailler sur la posture respiratoire. On apprend ainsi à ressentir son corps de l'intérieur.

RELAXATION

♦ HYPNOSE

avec un hypnothérapeute.

Les techniques calmantes et tranquilisantes d'hypnose médicale induisent un état profond de détente et de relaxation intense, si bien que les tensions musculaires douloureuses et les états de stress sont considérablement réduits.

♦ MÉDITATION ET YOGA SUR CHAISE

avec un professeur de yoga.

L'objectif est de découvrir les gestes physiques, les postures et les gestes respiratoires qui soulagent les douleurs rhumatismales. On apprend à se concentrer, à respirer, à ressentir son corps grâce à la proprioception et aux bases de la méditation.

♦ SOPHROLOGIE

avec un sophrologue.

À travers des mouvements doux et des exercices de respiration, on découvre des techniques simples pour soulager les douleurs articulaires et gommer les tensions du quotidien.

♦ KINÉSIOLOGIE

avec un kinésologue.

Cet atelier par le mouvement est une des facettes de la kinésiologie. Il consiste en des mouvements simples, ludiques, faciles à pratiquer à la maison. L'objectif est de relâcher et de détendre les muscles et les articulations ankylosés.

♦ QI GONG

avec un instructeur de Qi Gong.

Le Qi Gong est une gymnastique ancestrale et traditionnelle chinoise qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et méditation.

ÉDUCATION À LA SANTÉ

♦ SOMMEIL

avec un sophrologue.

Cet atelier permet de comprendre l'intérêt de se créer une routine personnelle pour aborder ce moment et de disposer d'une petite boîte à outils pour créer son propre rituel.

♦ NUTRITION

avec un diététicien nutritionniste.

Éviter la malnutrition et ses effets néfastes sur la santé du curiste : voilà l'objectif de cet atelier. Après avoir évalué ses besoins journaliers, le curiste identifie les freins et les obstacles à une bonne alimentation et tente de trouver des pistes d'amélioration.



10 € LA SÉANCE/PARTICIPANT (EN COLLECTIF).
SÉANCES OUVERTES AUX ACCOMPAGNANTS. DURÉE : 1H.

BIEN-ÊTRE

3 800 M² DE BIEN-ÊTRE THERMAL OUVERTS TOUTE L'ANNÉE

Pour une séance de cardiotraining dans l'espace sport, pour une parenthèse relaxante dans la nouvelle zone en eau thermale *Ressources & Vous* ou pour un soin esthétique au Spa, avant ou après ses soins thermaux, chacun peut bénéficier à sa façon des 3 800 m² de nouveaux espaces bien-être ouverts toute l'année.



ESPACE THERMOLUDIQUE « RESSOURCES & VOUS » : 2 800 M²

L'espace thermoludique « Ressources & Vous » de 2 800 m² en eau thermale se compose de deux bassins intérieurs, un jacuzzi, trois saunas, un tépidarium, un ciel de neige, un mur de glace, une fontaine de glace, six douches sensorielles, des banquettes chauffantes... À l'extérieur, le bassin de 120 m² en toit-terrasse et le solarium complètent l'offre.

Autre atout de l'offre bien-être des Thermes de Luchon dans le cadre du forfait « Ressources & Vous » : l'accès au célèbre vaporarium, hammam naturel unique en Europe. Accessibles depuis 1930 et réservées aux curistes médicaux jusqu'en 1985, 150 m de galeries naturelles sont creusées à même la roche et à flanc de montagne. Elles renferment des vapeurs soufrées et enveloppent ceux qui y pénètrent à des températures oscillant entre 35 °C et 45 °C, avec un taux d'humidité avoisinant les 95 % ! Un véritable bain de vapeur naturelle qui décongestionne les voies respiratoires et améliore la circulation sanguine.

ESPACE SPORT : 200 M²

Les sportifs bénéficient d'une attention particulière. Au-delà d'un espace cardiotraining et musculation, le nouvel espace sport de 200 m² est un incontournable pour la préparation ou la récupération grâce à son sauna dédié.

INFOS PRATIQUES

- **Espace sport** - accès 2 h : 15 € / abonnement 1 mois : 40 €.
- **Espace thermoludique « Ressources & Vous »** - accès 2 h : 20 € en semaine, 22 € le week-end, jours fériés et vacances scolaires.
(à partir de 4 ans, accompagnement par un adulte obligatoire pour les moins de 16 ans).
Abonnement 20 h : 165 €. Ouvert toute l'année.

SPA SOTHYS : 800 M²

Le dernier espace des nouveaux Thermes de Luchon a ouvert ses portes en décembre 2024. Il s'agit d'un Spa de 800 m² avec huit cabines de soins esthétiques (dont une duo), un hammam, un jacuzzi, un sauna naturel, trois douches sensorielles et une banquette chauffante. La carte de soins est proposée en partenariat avec la marque Sothys.

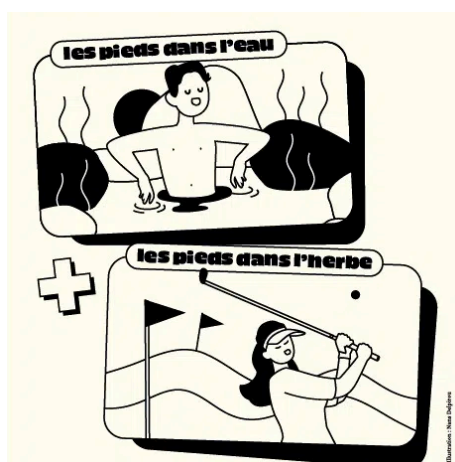
ET AUSSI : UN ESPACE GOURMAND AU SEIN DES THERMES

L'espace gourmand au deuxième étage des Thermes de Luchon « ILIXO » propose une carte basée sur des produits frais et de saison, qui change chaque semaine. Le plus ? Un service en continu : petit déjeuner, déjeuner et goûter tous les jours de la semaine. Salé et sucré sont donc disponibles à toute heure de la journée, à consommer sur place ou à emporter.

BIEN-ÊTRE

TRAIN, GOLF, SKI... DES OFFRES COMBINÉES POUR PROFITER DE LA BALNÉOTHÉRAPIE

Les Thermes de Luchon ont noué des partenariats avec les acteurs touristiques de la destination pour permettre au plus grand nombre de découvrir leur espace *Ressources & Vous*, toute l'année. Avant/après une session de ski ou de golf ou en combinant avec un trajet en train, le thermoludique s'ouvre à tous à Luchon.



TRAIN + BALNÉO

Ce forfait comprend :

- L'aller-retour en Train liO à prix réduit au départ des gares entre Toulouse et/ou Montréjeau et à destination de Luchon,
- 1 entrée de 2h à l'espace thermoludique *Ressources & Vous*.

Tarif : selon la gare de départ. Depuis Toulouse, 39 €/adulte (12 ans et +) et 19,50 €/enfant (4 à 11 ans).

En vente sur le site ter.sncf.com.

BALNÉO + GOLF

Ce forfait comprend :

- 1 parcours 9 ou 18 trous au golf de Luchon (carte verte FFG et licence obligatoires),
- 1 entrée de 2h à l'espace thermoludique *Ressources & Vous*.

Tarif : 57 €/personne (avril à mi-novembre), 43 € (mi-novembre à mars).

Les 2 activités peuvent se faire à des jours différents durant la saison estivale.

En vente exclusivement à l'Office de Tourisme.

SKI + BALNÉO

Ce forfait comprend :

- 1 forfait de 3 heures à la station de ski de Luchon-Superbagnères (télécabine incluse mais trajet non compté dans les 3 heures de ski),
- 1 entrée de 2h à l'espace thermoludique *Ressources & Vous*.

Tarif : 43 €/personne.

Les 2 activités peuvent se faire à des jours différents durant la saison d'hiver.

En vente exclusivement à l'Office de Tourisme.

REPÈRES

RADIOSCOPIE THERMES DE LUCHON

Avec 13 sommets pyrénéens culminant à plus de 3 000 m, Luchon mérite son statut de « Reine des Pyrénées ». Son architecture élégante et patrimoniale en fait une des plus belles villes d'eaux françaises. À deux pas de l'Espagne, cette station thermale de montagne bénéficie d'un air sans allergène ni pollution. Au fil des siècles, la station s'est hissée parmi les premières stations thermales françaises pour les Voies respiratoires/ORL et la Rhumatologie.



≈ 7 000

curistes conventionnés en 2025.

2 orientations thérapeutiques
Voies respiratoires/ORL
Rhumatologie

pour les cures conventionnées
des Thermes de Bagnères-de-Luchon.

Comment venir ?



À 1h45 de Toulouse et de Pau,
à 2h30 de Dax, à 5h de Barcelone.



Gare de Luchon à 10 min à pied
des Thermes.

THERMES-LUCHON.FR