

# Thermoludisme relaxant

Première destination thermale de France, l'Occitanie recense 30 centres thermoludiques et spas thermaux, dont ces perles nichées dans les Pyrénées. *Par Philippe Kallenbrunn*

*Relaxing thermal spas France's number one spa destination, Occitania boasts 30 spa centres, including these gems nestled in the Pyrenees.*

## Balnéa, les bains du monde

Premier complexe de détente en eau thermale des Pyrénées, au pied de la station de ski de Peyragudes et en bordure du Lac de Génos-Loudenvielle. Au choix, 5 bains décorés : romains, japonais, amérindiens, incas et mayas. Extérieur époustouflant en hiver, avec la terrasse enneigée. Saunas panoramiques et jacuzzis à températures progressives.

♥ **On aime** : l'espace tibétain dédié aux soins du corps avec son catalogue de 30 références. Lumières tamisées et essences parfumées.

<https://www.balnea.fr/>

*Balnea, the baths of the world*  
The first thermal water relaxation complex in the Pyrenees, at the foot of the Peyragudes ski resort and on the shores of Lake Génos-Loudenvielle. There is a choice of 5 decorated baths: Roman, Japanese, Amerindian, Inca and Mayan. Stunning exterior in winter, with snow-covered terrace. Panoramic saunas and Jacuzzis with increasing temperatures.  
We love: the Tibetan area dedicated to body care with its catalogue of 30 products. Soft lighting and fragrant essences.

## ► Génos-Loudenvielle (65)



© Dominique Vies / CRTL Occitanie



## ► Cauterets (65)

© Janno / CRTL Occitanie

## Les Bains du Rocher, la remise en forme

Idéal pour recharger les batteries dans une eau thermale naturellement chaude. Immense bassin intérieur éclairé par un dôme translucide. Hammam en mosaïques, sauna et salle de repos en pierres de sel. Le plus ? Activités aquatiques (aquagym, aquabike) et espace fitness (musculation et cardio-training).

♥ **On aime** : le bassin extérieur avec cols de cygne, nage à contre-courant, jets massants, jacuzzi, lits et banquettes à bulles...

<https://www.bains-rocher.fr/>

*Les Bains du Rocher, getting back into shape*  
Ideal for recharging your batteries in naturally warm thermal water. A huge indoor pool lit by a translucent dome. Mosaic hammam, sauna and salt stone relaxation room. The added bonus? Water activities (aquagym, aquabike) and fitness area (weight training and cardio-training).  
We love: the outdoor pool with swan neck fountains, endless laps pools, massage jets, jacuzzi, bubble beds and benches.

## ▼ Aquensis, le joyau architectural

### ► Bagnères-de-Bigorre (65)



© Patrice Thebaud / CRTL Occitanie

Un bassin de 300 m<sup>2</sup> alimenté en eau thermale riche en calcium, magnésium et sulfates, aux vertus antalgique, décontractante et relaxante. Piscine détente équipée d'hydromassages et d'aqua musique (diffusion de musique relaxante sous l'eau). Espace hammam avec dégustation de thé à la menthe.

♥ **On aime** : l'architecture ! Volumes impressionnants, charpente en mélèze, marbre pyrénéen. Toit terrasse doté de jacuzzis avec vue panoramique sur la forêt du Bédât et les montagnes.

<https://www.aquensis.fr/>

*Aquensis, the architectural jewel*  
A 300m<sup>2</sup> pool supplied with thermal water rich in calcium, magnesium and sulphates, with pain-relieving, relaxing and soothing properties. Relaxation pool with hydromassage and aqua music (relaxing music played underwater). Hammam area with mint tea tasting.  
We love: the architecture! Impressive volumes, larch framework, Pyrenean marble. Roof terrace with Jacuzzis and panoramic views of the Bédât forest and mountains.

### À tester To be tested



Une séance de watsu, massage shiatsu en apesanteur dans l'eau

*A session of watsu, a weightless shiatsu massage in water*

## Bains de Llo, l'hiver au chaud

Baignade en eaux sulfureuses à plus de 35°C l'hiver. Suivez le parcours vitalité en extérieur et en intérieur, conçu pour une expérience tonifiante et relaxante. Grand bassin de nage pour profiter de la magie des Gorges du Sègre. Spa tonique à hydrojets et jacuzzi.

♥ **On aime** : Le chemin d'eau froide. Ludique, avec ses asperseurs, sa pluie diluvienne et sa cascade, délicieux après le sauna ou le hammam, mais demande un certain courage !

<https://bains-de-llo.com/>



## Llo (66)

© ADT66

*Bains de Llo, winter warmth*  
Swimming in sulphurous waters at over 35°C in winter. Follow the outdoor and indoor vitality trail, designed for an invigorating and relaxing experience. Large swimming pool to enjoy the magic of the

*Gorges du Sègre. Invigorating spa with hydrojets and jacuzzi.*  
We love: The cold water path. Fun, with its sprinklers, torrential rain and waterfall, delicious after the sauna or hammam, but requires a certain amount of courage!