

# ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES

## SPORT/BIEN-ÊTRE

### Vy Resort Thermal & Spa : La volonté de promouvoir l'éducation à la santé

Vy Resort développe une véritable expertise médicale adaptée aux pathologies digestives et rhumatismales. Les activités complémentaires à la cure thermale ont pour objectif de permettre aux patients de vivre mieux avec leur maladie et d'améliorer leur qualité de vie.

Dans le cadre de la prévention et de l'éducation en santé, Vy Resort propose de nouveaux outils d'acquisition ou d'amélioration des savoirs en matière de la santé.

#### Pôle Santé Nutrition aux Thermes Callou :

- Conférences Nutrition
- Animations culinaires
- Bilan nutritionnel individuel (mesure par impédancemétrie)
- Ateliers Cuisine Santé

*(pour plus de détails voir p.23)*

#### Les activités sportives

L'activité physique est primordiale dans un objectif de prévention santé.

Nous vous offrons la possibilité de reprendre le sport en douceur, de poursuivre votre activité habituelle ou alors de dépasser vos limites, en toute sécurité.

- Sophrologie et relaxation,
- Cours de gymnastique douce,
- Pilates,
- Coaching sportif individuel,
- Salle de sport, cardio-training,
- Marche active dans les parcs de Vichy

