

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 22 (1992)
Heft: 5

Artikel: Thermes : Ovronnaz : retrouver la forme à la montagne
Autor: R.H.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-829762>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

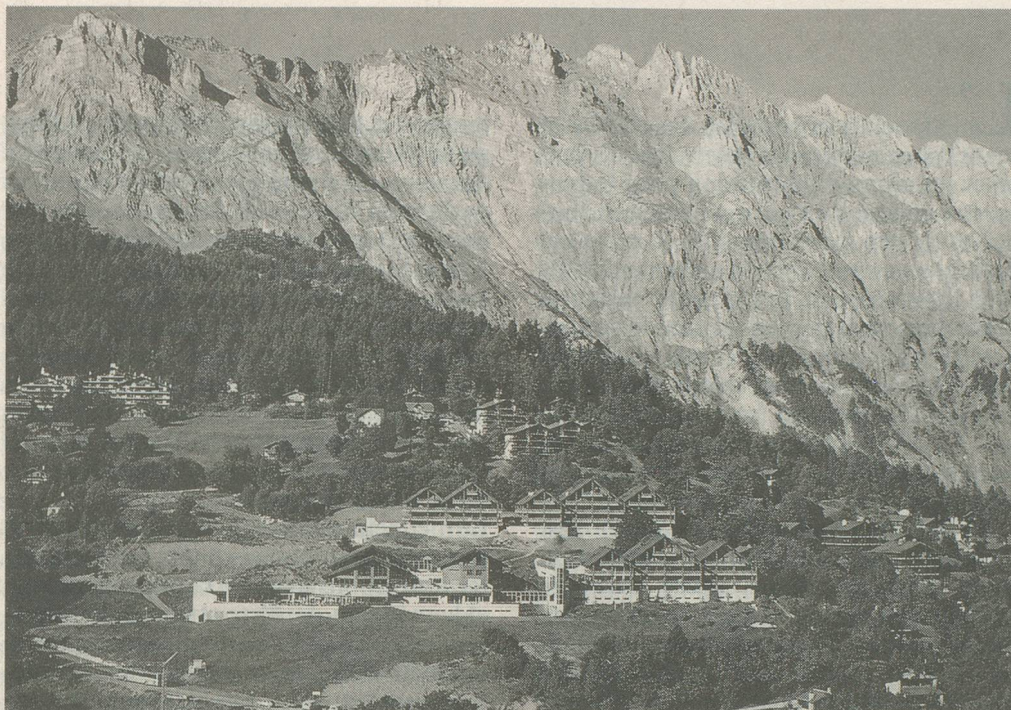
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 30.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Ovronnaz: retrouver la forme à la montagne

Thermes



Sorti de terre en trois ans, le nouveau centre thermal d'Ovronnaz: l'eau et la montagne contre le stress.

Ouvert à Noël 1990, le nouveau centre thermal d'Ovronnaz allie les avantages d'un centre de santé, à ceux d'une infrastructure remarquable et aux vastes possibilités de pratiquer des sports de montagne et des promenades le long des 80 km de sentiers. Trois ans durant, ouvriers et ingénieurs ont sorti de terre un complexe hôtelier remarquable, aménageant également le centre thermal, avec piscines et des locaux pour le fitness-club.

Aujourd'hui, l'ensemble du complexe comporte déjà 600 lits, d'ici quelques mois, lorsque l'ensemble sera terminé, on en comptera 1200.

L'ambiance est feutrée, le panorama imprenable, les hôtes de ce nouveau centre thermal sont enchantés: ils trouvent sur place tout ce qu'il faut pour se détendre ou se soigner. Aujourd'hui, l'ensemble du complexe comporte déjà 600 lits, d'ici quelques mois, lorsque l'ensemble sera terminé, on en comptera 1200. On peut choisir la formule appartement ou apart'hôtel. Tout a été conçu de manière

pratique et fonctionnelle. Chaque bâtiment est relié au centre par un passage couvert avec, suivant l'étage, un ascenseur panoramique à disposition. Détail intéressant, il y a quelques studios qui ont été conçus spécialement pour les handicapés.

Ce que l'on y fait

L'histoire de ce centre thermal est simple: un promoteur avait un terrain à disposition et a demandé à la commune d'Ovronnaz d'obtenir une concession pour l'exploitation d'une telle entreprise. De l'eau thermale a été captée en contrebas de la station et dirigée vers le lieu où s'est érigé le nouveau centre. Aujourd'hui, on peut ainsi y pratiquer le thermalisme classique, c'est-à-dire utiliser les vertus thérapeutiques de l'eau thermale et de la physiothérapie pour traiter arthrose, discopathie, limitation des mouvements posttraumatiques, etc.

Le nouveau centre thermal d'Ovronnaz donne aussi l'occasion de passer un agréable séjour dans un cadre alpin inoubliable.

Mais, à Ovronnaz, on peut aussi prévenir le stress. Une équipe compétente y accueille toute personne soumise au stress et propose un programme s'adaptant à chaque cas. Son responsable, enseignant en sophrologie, physiothérapeute et auteur de plusieurs techniques de relaxation psycho-physique, apprend à déconnecter avec les tensions de la vie quotidienne. On peut également fréquenter la salle de redynamisation, le sauna et le bain d'algues. Tant par les activités physiques que par les bienfaits de la sophrologie, le nouveau centre thermal d'Ovronnaz, permet non seulement une véritable remise en forme de tout un chacun mais donne aussi l'occasion à ceux qui l'apprécient, de passer un agréable séjour dans un cadre alpin inoubliable.

R. H. ■