

# Semaine de Remise en Forme

## CONTREXEVILLE du 19 au 26 Octobre 2013

### CONTREXEVILLE



Votre séjour aura lieu dans cette charmante ville d'eau qui a été un lieu important de détente et de cure au cours du 20<sup>ème</sup> siècle.

Contrexéville est une petite ville située dans le nord-est de la France à l'Ouest du département des Vosges. Elle est traversée par le Vair. Contrexéville est voisine de Vittel qui est également une station thermale réputée. Le virage a été pris dans les années 1900. Essentiellement tournée vers l'agriculture, la commune voit son nombre de curistes augmenter et les hôtels fleurir. Les « buveurs d'eau » assidus et le désenclavement de la ville accélèrent la tendance. Les fermes se reconvertissent en accueil pour curistes. On commence à embouteiller l'eau de source pour l'expédier. L'architecture que vous verrez est le reflet de cette belle époque.



Ce programme a été établi par l'Amicale en relation avec l'Office de Tourisme et le centre de remise en forme de CONTREXEVILLE.

### LA STATION THERMALE



Détails des prestations de la semaine de remise en forme

Tous les matins, de 8h30 à 12h sont inclus pour les personnes suivant la cure :

2 bains bouillonnants aux huiles, 2 douches sous affusion, 1 douche tonus,  
1 douche aux huiles, 2 douches américaines, 5 séances d'aquagym, 1 iyashi dôme,  
2 douches au jet, 1LPG cellu M6 aux jambes, 1 enveloppement minceur, 3 cataplasmes,  
2 modelages 4 mains, 1 modelage aux huiles et 7 accès Wood.

**Pour les curistes et les non curistes, sauna, hammam, et bassin sont en accès libre en dehors des séances dirigées.**

SAMEDI

Départ des Mureaux en car (l'horaire sera précisé ultérieurement)  
Déjeuner en cours de route  
Arrivée à Contrexéville dans l'après-midi et transfert à l'hôtel Cosmos.  
Calmes et spacieuses, les 83 chambres donnent toutes sur la piscine.  
L'attention particulière est apportée au confort et à la décoration.

**L'hôtel COSMOS se trouve à 200 m de la station thermale. Le séjour est en pension complète.**

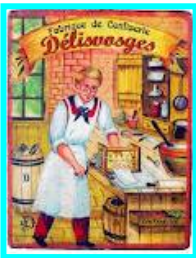


Réunion d'information pour l'ensemble des participants.

DIMANCHE

Matinée de soins aux thermes de 8h30 à 12h30 suivant le planning.  
Chacun pourra aller à la découverte du centre de remise en forme et préparer sa semaine d'activités.

12h45 Déjeuner



14h15 Départ pour la visite de la confiserie de Darney. On pourra découvrir la fabrication artisanale des bonbons des Vosges à partir de matières premières naturelles.



LUNDI

Soins aux thermes de 8h30 à 12h30

12h45 Déjeuner



14h15 départ pour le château de Saint-Baslemont. Le château est inscrit au titre des Monuments Historiques et constitue un bel exemple de château médiéval remanié fortement aux XVIème et XVIIème siècle, il a également quelques beaux

éléments de pierre. Globalement on distingue un important corps central flanqué de deux tours. D'un côté on surplombe la vallée, de l'autre on se trouve sur une cour d'honneur entourée des parties communes.

**Après cette visite, une visite de distillerie attend notre groupe.**



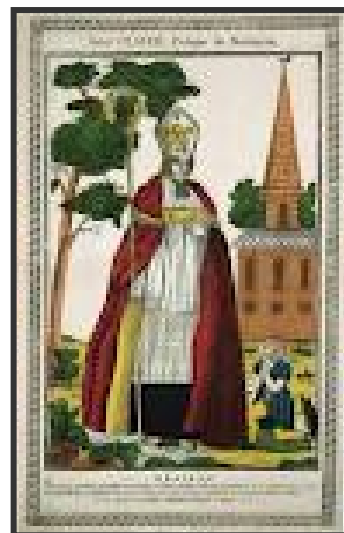
## MARDI

Soins aux thermes de 8h30 à 12h30

12h45 Déjeuner

14h15 Départ pour Epinal

Le musée retrace la merveilleuse aventure de la fabrication d'images populaires. Deux cents ans d'histoire qui commence au XVIIIème siècle avec Jean-Charles PELLERIN qui eut l'idée ingénieuse de remplacer les plaques émaillées par des papiers imprimés et colorés aux pochoirs : la technique d'impression de l'Image d'Epinal est créée.



## MERCREDI

Soins aux thermes de 8h30 à 11h45

12h15 Départ pour le Couvent des Cordeliers où nous déjeunerons dans un cadre pittoresque une cuisine vosgienne comme autrefois.

Un après-midi de convivialité inoubliable dans le cadre du restaurant musée. Au sud des Vosges, le petit village du nom de Les Thons abrite un ancien couvent de franciscains. Bâti au XVème siècle l'ensemble conserve notamment de cette époque une église de style gothique remarquable. Le reste des bâtiments sera profondément modifié, notamment au XVIIIème siècle, pour donner ces belles façades d'ordonnance classique qui s'offrent au visiteur aujourd'hui. Si l'ensemble nécessite encore des restaurations il constitue cependant, non seulement un bel ensemble architectural marqué par l'histoire, mais aussi un beau combat remporté par l'association de sauvegarde du patrimoine "Saône lorraine" qui, dès 1980, s'est battue pour sauver cet édifice. Pari gagné et aujourd'hui, alors qu'une partie des bâtiments est accessible au public, un restaurant vosgien accueille les visiteurs qui pourront aussi y découvrir toute sorte de pièces muséales témoignant du passé du couvent ou des alentours. Un détour à ne pas manquer dans ce secteur des Vosges.

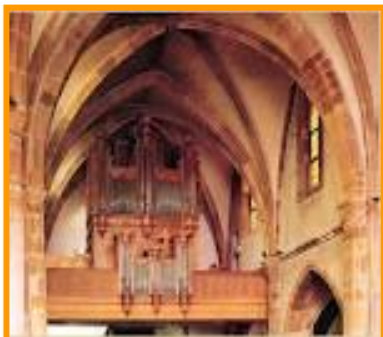


## JEUDI

Soins aux thermes de 8h30 à 12h30

12h45 Déjeuner

14h15 Départ pour Mirecourt, les Dentelles, la Lutherie et la Basilique.



La cité de Mirecourt fut fondée au cours du premier millénaire. Elle devint, les siècles passant, l'une des plus riches bourgades du Duché de Lorraine grâce à une grande activité de négoce. Dès le XVIème siècle les Ducs de Lorraine y introduire le savoir faire des Maître italiens dans la fabrication des violons, savoir faire qui se perpétue jusqu'à nos jours. Mais parallèlement à cette activité de

lutherie, Mirecourt devint et est toujours un haut lieu de la facture d'orgues.



## VENDREDI

Soins aux thermes de 8h30 à 12h30

12h45 Déjeuner

14h15 Départ pour le château d'Haroué



Le château de Haroué est l'œuvre de l'architecte Germain Boffrand (1667 – 1754) pour le Prince Marc de Beauvon-Craon. Celui-ci était l'ami d'enfance du Duc Léopold de Lorraine ( constructeur du château de Lunéville par l'architecte Germain Boffrand ). Il était Vice



Roi de Toscane, tuteur du fils du Duc Léopold, François de Lorraine et Grand Connétable de Lorraine.

## SAMEDI

Soins aux thermes de 8h30 à 12h30

12h45 Déjeuner

14h30 Départ pour les Mureaux

Tarif base 20/40 personnes		
	Adhérents	Invités
2 Curistes	2 802 €	2 962 €
1 Curiste + 1 Non Curiste	2 422 €	2 582 €
1 Curiste Seul	1 604 €	1 684€

### Le tarif comprend :

Le transport :  
Les Mureaux / Contrexéville /Les Mureaux en car  
Le séjour en pension complète  
Le séjour de remise en forme  
Les excursions  
Les taxes et pourboires

### le tarif ne comprend pas :

Les frais d'annulations par personne:  
Annulation à + de 72h : 15€  
Annulation à - de 72h : 15€ + 50€ frais de 1<sup>ère</sup> journée  
Les suppléments boissons et SPA

**Fiche d'inscription**



**Semaine de Remise en Forme  
à CONTREXEVILLE  
du samedi 19 au samedi 26 Octobre 2013**

**Nombre de participants : Mini 20 – Maxi 40**

**Clôture des inscriptions 31 Mars 2013**

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... Portable (**obligatoire**) : .....

e-mail : .....

**PARTICIPANT (S) au séjour**

Noms et prénoms	Date de naissance pour les assurances	
	Adhérent	Invité

Chambre individuelle : **OUI NON**

Prendra le car : **OUI NON** N° immatriculation du véhicule.....  
restant au parking EADS

Base 20/40	2 802 €	invités 2 962 €	A l'inscription par personne 400 €
2 Curistes	2 422 €	invités 2 582 €	<b><u>Chèque encaissé après le 5 Avril 2013</u></b>
1Curiste + 1 Non Curiste	1 604 €	invité 1 684 €	Solde non définitif le 31 Août 2013
1Curiste individuelle :			<b><u>Encaissé 45 jours avant le départ</u></b>

*Les inscriptions ne seront prises en compte que pour les adhérents à jour de leur cotisation*

**Adresser Fiche d'inscription et Chèque à l'ordre de l'AAA/MU:**  
Jacques BENTAMER Tél : 01 30 74 00 95  
98 RUE DE LA BRUYERE 78300 POISSY

Le : ..... Signature :

*Souche à conserver*

**REMISE EN FORME à Contrexéville du samedi 19 au samedi 26 octobre 2013**

Base 20/40	2 802 €	invités 2 962 €	A l'inscription par personne 400 €
2 Curistes	2 422 €	invités 2 582 €	<b><u>Chèque encaissé après le 5 Avril 2013</u></b>
1Curiste + 1 Non Curiste	1 604 €	invité 1 684 €	Solde non définitif le 31 Août 2013
1Curiste individuelle :			<b><u>Encaissé 45 jours avant le départ</u></b>

Interlocuteur pour le voyage BENTAMER Jacques Tél : 01 30 74 00 95