

MON SÉJOUR À BALARUC-LES-BAINS

2019

Guide Pratique
Activités Touristiques
Excursions Loisirs

BALARUC
LES BAINS

source d'énergies



P 4 / 5 **BALARUC TOURISME**

Pour un séjour réussi.

P 6 / 7 **CARTE BIP**

Soyez une Balaruc Importante Personne.

P 8 / 15 **BALARUC BIEN-ÊTRE**

Une cure thermale, des soins «Santé vous Bien», la gamme dermo-cosmétique «Balaruc-Les-Bains», le spa thermal O'balia et ses univers bien-être, des partenaires beauté bien-être, faites de votre séjour à Balaruc-Les-Bains un moment de ressourcement.



P 16 / 21 **À VOS PAPILLES**

Produits de la mer, coquillages de la lagune de Thau, vins et apéritifs, votre séjour à Balaruc sera un moment d'étonnement gustatif.



P 22 / 33 **BALARUC LOISIRS**

Une régata en bateau, une balade à vélo, une plongée dans l'histoire de la Romanité au Jardin Antique ou encore une séance de farniente, voilà quelques uns des loisirs qui vous attendent chez nous.



P 34 / 35 **PLAISIRS D'OFFRIR**

Faites le plein d'idées pour un shopping «made in Balaruc».

P 36 / 39 **DÉPLACEZ-VOUS**

Tous nos conseils transport pour un séjour facile.

P 40 **LES MARCHÉS**

Pour retrouver cette ambiance si particulière et cette convivialité légendaire des marchés du Sud de la France.



P 41 / 43 **À VOTRE SERVICE**

Les renseignements utiles et pratiques pour un séjour serein.

BALARUC-LES-BAINS

ON N'Y VIENT JAMAIS PAR HASARD !

Un monde de bleu et de vert, de lumière éclatante, de paysages préservés. Telle est Balaruc-les-Bains. Au cœur de la lagune de Thau, Balaruc-les-Bains possède de multiples atouts pour conjuguer soins et détente, et faire de votre séjour un grand moment de découverte.

Sa beauté naturelle illustrée par ses garrigues ou sa lagune considérée comme une véritable petite mer intérieure, trouveront leur écho dans la douceur de vivre qui caractérise la station en toutes saisons.

Première station thermale de France, à quelques encablures de la Méditerranée, Balaruc-les-Bains est reconnue scientifiquement pour la qualité de son eau thermale qui provient de sources profondes. Filtrée au fil des millénaires dans des couches rocheuses où elle s'enrichit en oligo-éléments, notre eau thermale possède des vertus curatives qui lui valent d'être utilisée en rhumatologie et phlébologie.

Destination « Bien-être », Balaruc-les-Bains vous accueille pour des séjours détente. Venez vivre des expériences uniques. Pour vous évader et enfin vous retrouver, **O'Balìa**,

premier spa thermal de la Méditerranée, vous propose une multitude de soins mettant à profit les bienfaits de l'eau thermale dans deux espaces complémentaires : "l'espace bassins" et "l'espace Spa".

Le bien-être qui vous attend ici se couplera de **découvertes naturelles, touristiques, culturelles et patrimoniales**, mais aussi de moments de farniente sur les plages, dans les parcs, au Jardin Antique Méditerranéen. Aux plaisirs de la flânerie et de la découverte, Balaruc-les-Bains ajoute ceux des vacances actives : sports nautiques, randonnée dans la garrigue environnante ... ou au cours des nombreuses activités qui vous sont proposées dans la station.

En bord de lagune, la « promenade des Bains » est bordée d'un grand ponton appelé la "Piscine" duquel vous embarquerez pour des promenades en bateau. Vous y découvrirez **toute la richesse de l'Archipel de Thau** : Sète, cité maritime de caractère ; Visite et dégustation au sein des parcs à huîtres ; excursions sur le Canal du Midi ; excursions typiques en minibus.

Plongez dans ce guide, qui se veut résolument pratique et conservez-le ! Grâce à lui, durant votre séjour touristique ou santé, vous percerez les secrets de cette belle station, son patrimoine, son histoire, ses curiosités touristiques, ses festivités, son savoir-faire thermal, gastronomique et balnéaire.

Osez les escapades dans l'Archipel de Thau ; laissez vous séduire par la vue 360° sur la lagune de Thau ; dégustez lentement une des spécialités culinaires de la région dans nos nombreux restaurants. Ici, on prend le temps de prendre du bon temps ! Nous vous invitons à Balaruc-les-Bains, vous êtes désormais chez vous, baigné dans la douceur de vivre typique du Sud de la France.

Guide Tourisme 2019 de la station de Balaruc-les-Bains

Rédaction et mise en page : Office de Tourisme Balaruc-les-Bains.
Crédits photos : Hugo Da Costa / Emmanuel Morel / Jondreville / Jean Pierre Degas / Luc Jennepin / Rodolphe Barras / Karine Grégoire / Olivier Maynard / H. Rubio – Montpellier3m / Bruno Ferignac / N. Durrieu.

BALARUC TOURISME

Partenaire de votre séjour



**Accueil
chaleureux et
authentique.
Des experts
à votre
service pour
des conseils
avisés afin
d'agrémenter
votre séjour.**



Dès votre arrivée à Balaruc-les-Bains, rendez-vous à l'Office de Tourisme, près du célèbre bain de pied (à l'eau thermique !), pour organiser votre séjour.

Vous y rencontrerez nos conseillers en séjour, chaleureux, enthousiastes et soucieux de répondre à vos besoins. Profitez de leurs expertises et de l'ensemble de nos services.



Ce lieu est un espace de vie, d'échange, pour planifier vos journées, prévoir vos activités et excursions et solliciter nos conseillers en séjour qui pourront vous dévoiler quelques conseils personnalisés ou autres lieux insolites ...



NOS CONSEILS ACCOMPAGNENT VOS ENVIES

Accompagnement dans votre recherche d'hébergements engagés dans une démarche qualité.

Consultez les disponibilités sur notre site internet rubrique « Se loger » www.balaruc-les-bains.com / Guide hébergement sur demande à l'Office de Tourisme.

Les Z'accueils du lundi matin

Tous les lundis à 10h (hors juillet et août)



Carte BIP source d'avantages

pour profiter des réductions dans les restaurants, commerces à Balaruc mais aussi auprès des sites touristiques aux alentours ! Robot photo à l'Office afin d'éditer votre Carte BIP. Devenez une Balaruc Importante Personne !

Un Espace Billetterie et des activités pour agrémenter votre séjour

Excursions bateau, bus, mini-bus ; spectacles, activités bien-être, sorties nature, produits boutique (tickets bus, médaille souvenir, livres sur Balaruc, disque bleu, carnets de timbre). Agenda des loisirs à disposition dans votre office de Tourisme et chez nos commerçants ou sur le site internet « rubrique Animations/festivités »

Un Service qualité

conseil, accompagnement ; classement label ; suivi satisfaction clientèle

Espace Enfant

coloriage, dépliants à disposition

Un Espace numérique

Wifi payant (connexion dans l'Office de Tourisme), Borne Numérique en accès libre, écran TV avec diffusion de films d'informations sur les festivités

Tourisme Handicap

Office de Tourisme Labellisé « Tourisme et Handicap »

HORAIRES D'OUVERTURE

• Février :

Du lundi au samedi :
9h - 12h / 14h - 18h.

• Mars - Avril - Mai - Juin / Septembre-Octobre- Novembre :

Du lundi au samedi :
9h - 12h / 14h - 18h
Le dimanche : 9h - 13h.

• Juillet-Août

Du lundi au samedi :
9h - 13h / 14h - 19h.
Le dimanche :
10h - 13h / 15h - 19h.

• Janvier / Décembre :
du lundi au vendredi :
9h - 12h / 14h - 18h.

• Fermeture au public
de l'Office du Tourisme
- Le 1^{er} Mai 2019
- Du vendredi 20
décembre 2019 au lundi
06 janvier 2020
- Les samedi et
Dimanche :
du 7 décembre 2019
au 23 février 2020.

• Service permanent de
réponse aux courriers
postaux et électroniques
durant toute l'année.



BALARUC TOURISME

(Office de Tourisme)
Pavillon Sévigné

34540 BALARUC-LES-BAINS

TEL. 33 (0)4 67 46 81 46

FAX 33 (0)4 67 46 81 54

www.balaruc-les-bains.com
contact@balaruc-les-bains.com

CARTE BIP

Source d'Avantages



Consommez malin !

Consommez Balaruc-les-Bains !

Vous séjournez à Balaruc-les-Bains !

Demandez votre carte B.I.P. et bénéficiez de nombreux avantages et d'une photo souvenir.

**Soyez
B.I.P.,
une
« Balaruc
Importante
Personne »**

**PLUS DE 80
PARTENAIRES**

QUELS AVANTAGES ?

Bien-être, sports, loisirs, culture, services, restauration, gastronomie ...

La Carte BIP vous permet de bénéficier d'offres exceptionnelles dans plus de 80 commerces, restaurants, prestataires de loisirs ..., partenaires de l'Office de Tourisme, pour profiter pleinement de toute la richesse du tissu économique local.

Demandez à l'Office de Tourisme, le catalogue des offres et réductions accordées par les commerçants et socio-professionnels partenaires.

Pour la création de la carte, nous vous proposons un procédé original d'impression à travers un photomaton installé à l'Office de Tourisme.

Votre photo apparaîtra sur la carte. À la fin de votre séjour, vous la conserverez en souvenir.



BALARUC TOURISME

(Office de Tourisme)

Pavillon Sévigné

34540 BALARUC-LES-BAINS

TEL. 33 (0)4 67 46 81 46

FAX 33 (0)4 67 46 81 54

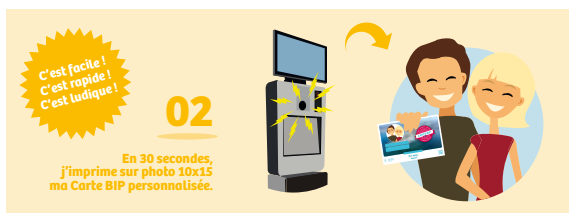
www.balaruc-les-bains.com

contact@balaruc-les-bains.com

COMMENT ÇA MARCHE ?



Je me présente à l'accueil de l'OT muni d'une preuve d'hébergement sur Balaruc les Bains et de 1€.



En 30 secondes, j'imprime sur photo 10x15 ma carte BIP personnalisée.



Je récupère ma photo personnalisée qui est la carte BIP : je la présente aux partenaires présents sur le catalogue et bénéficie de nombreux avantages et réductions.



Je remplis le coupon qui me permet de participer à la grande tombola pour gagner un des 5 lots en jeu. Attention une seule participation par foyer et par an.

EN SAVOIR PLUS

Pourquoi devez-vous nous remettre une preuve d'hébergement pour bénéficier des nombreux avantages de la carte BIP ?

Ce dispositif nous permet de respecter la réglementation française en matière de collecte et de reversement de la taxe de séjour. Vous devez réclamer systématiquement un contrat de location qui vous apportera une protection en cas de désaccord ou de litige. Un service dédié à l'Office de Tourisme pourra vous conseiller si besoin était.

A quoi sert la taxe de séjour ?

La taxe de séjour est instaurée dans toutes les stations thermales et touristiques. Elle concerne toutes les personnes (curistes, touristes et autres résidents saisonniers) hébergées dans les différentes structures d'hébergement situées sur le territoire communal.

Le produit de la taxe de séjour est affecté à des dépenses destinées à améliorer l'offre touristique de la destination (Offre touristique ; qualification des hébergeurs ; programme d'excursions et d'activités ...).

La taxe de séjour : A retenir !

Le paiement de la taxe de séjour auprès de votre hébergeur est obligatoire (des sanctions sont fixées par la loi).

Les fourchettes tarifaires et modalités d'application sont fixées au niveau national par les textes de loi.

Le tarif varie selon le type d'hébergement et le niveau de confort (tarifs consultables également à l'Office de Tourisme ou sur le guide hébergement (cf. page 6)).

Votre logeur doit afficher les tarifs de la taxe de séjour.



UN CONSEIL ? UNE QUESTION ?

Service Taxe de séjour de
l'Office de Tourisme

TEL. 33 (0)4 67 46 81 58 (57)
balruc@taxesejour.fr

BALARUC BIEN-ÊTRE

A Balaruc-les-Bains, le thermalisme rythme l'histoire de la cité depuis l'Antiquité. Cette réussite est le fruit d'intenses efforts fournis par les générations successives pour préserver cette ressource qui date de plusieurs milliers d'années.

La source thermale de Balaruc-les-Bains est une résurgence du pli Ouest, cet aquifère karstique, qui constitue la principale ressource en eau potable et thermale du territoire. Le réservoir se situe à plus de 2 000 mètres de profondeur et l'eau thermale remonte naturellement à la surface à la faveur de failles géologiques. Riche en bicarbonates et en oligo-éléments, les eaux thermales de Balaruc-les-Bains possèdent des vertus curatives qui lui valent d'être utilisées en rhumatologie et phlébologie. Ce mélange d'eaux chaudes et salées, résultant du milieu marin originel, facilite la mobilisation articulaire lors des soins. Sa forte concentration en sels minéraux et oligo-éléments a des effets bénéfiques sur les jambes lourdes et les crampes nocturnes. Selon les résultats de l'étude génomique réalisée, elles possèdent également des propriétés régénérantes, antalgiques, anti-inflammatoires et protectrices de la barrière cutanée.

**L'eau
thermale de
Balaruc-les-
Bains
Une ressource
unique et
préservée**



Plongez au cœur de la première station thermale française Implantée au bord de la Méditerranée sur un site exceptionnel de la presqu'île de Balaruc face à l'étang de Thau et au Mont Saint-Clair de Sète. Les Thermes regroupent sur 16 000 m², sept secteurs de soins dont quatre dédiés à l'application de boue thermale, soin réputé de la station thermale.



Plus d'informations :

LES THERMES DE BALARUC-LES-BAINS

1 rue du Mont Saint Clair / BP 45

TÉL. 04 67 51 76 01

Fax 04 67 51 76 91

WWW.THERMESBALARUCLESBAINS.COM

contact.thermes@thermesbalaruc.com

LES CURES THERMALES

Cure médicalisée

Rhumatologie (18 jours)

La cure de Balaruc-les-Bains apporte une solution pour lutter contre toutes les formes de rhumatismes, même les plus variées. Une grande variété de soins : douches au jet et localisés, bains,



massages sont dispensés et apportent les bienfaits stimulant, décontractant et relaxant de l'eau thermale de Balaruc-les-Bains. Le soin de boue thermale ou pélothérapie est dispensé dans un lit de diffusion de boue thermale à 42°C et son action est anti-inflammatoire, antalgique et myorelaxant. Breveté, ce soin a été récompensé

au congrès de l'ESPA (European Spas Association), en 2015, dans la catégorie « innovative thermale water spa ».



Cure médicalisée

Phlébologie (18 jours)

L'eau thermale de Balaruc-les-Bains possède des propriétés phlébotoniques et décongestives. Des soins spécifiques : douches, aérobain local, massages et compresses sont dispensés aux thermes de Balaruc les Bains. Les Thermes sont équipés du plus long couloir de marche d'Europe (70 m) qui associe un massage circulatoire naturel des chevilles, de la voûte plantaire et des jambes associé à l'action musculaire drainante de la marche à contre-courant.



SOINS «SANTÉ VOUS BIEN»

(soins et programmes non pris en charge par les caisses d'assurance maladie)

En soins complémentaires de votre cure de 18 jours, Les thermes vous proposent des soins qui associent la médecine thermale à des thérapies naturelles. En consultation individuelle ou en atelier collectif, découvrez et expérimentez des soins adaptés à vos attentes :

- bénéficiez d'un bilan et de conseils personnalisés en diététique,
- harmonisez le physique et le mental à travers des séances d'hypnose, ou de sophrologie ;
- développez un programme d'activités sportives adaptées en fonction de vos besoins : Atelier lombalgie, Stretching, Circuit training, Pilates, Activités physique adaptées sénior (en collectif).

Nouveauté 2019 : Cette année participez gratuitement à nos conférences dédiées à l'hypnose, à la diététique et à la Sophrologie.

LES MINI CURES SANTÉ

Au-delà de la cure médicalisée, les Thermes mettent en évidence le réflexe bien-être thermal adapté à toute personne accompagnant, actif ou en court séjour pour s'accorder une pause santé et développent encore cette année des formules de cures de la journée découverte au séjour thermal de 6 jours : de véritables expériences thermales profondes et reminéralisantes.



• Cures Jambes légères : tout en légèreté !

(cures non prises en charge par les Caisses d'Assurance Maladie)

Formules de 1,2, 5 ou 6 jours. De 56 € à 298 €

Les Thermes de Balaruc-les-Bains proposent de profiter des bienfaits des soins en Phlébologie sous la forme de formules de 5 soins par jour à composer sur un séjour de 1 à 6 jours.

Un concentré de cure pour agir sur les troubles liés à une mauvaise circulation veineuse, et inconforts de type jambes lourdes !

La cure comprend les 5 soins par jour en phlébologie suivants :

- Couloir de marche
- Hydrojets des jambes
- Douches de pulvérisation des membres
- Bain massant des jambes
- Compresses.

• Cures Rhumato : soulager mon mal de dos

(cures non prises en charge par les Caisses d'Assurance Maladie)

Formules de 1,2, 5 ou 6 jours. De 79 € à 449 €

De la journée de découverte à la pause thermale de 6 jours, accordez-vous un concentré de cure pour soulager vos douleurs articulaires et maux de dos.

Découvrez nos soins spécifiques en rhumatologie : bains et jets massant, application de boue aux effets antalgiques, anti-inflammatoires et relaxants. Profitez tout simplement des bienfaits de l'eau thermale de Balaruc-les-Bains...

La cure comprend les soins en rhumatologie suivants :

- Application de boue thermique
- Hydro-aérobain
- Etuves
- Hydrojets du dos thermique.

• Cures Rhumato-phlébo : une expérience complète ressourçante

Nouveautés 2019

(cures non prises en charge par les Caisses d'Assurance Maladie)

Formules de 1,2, 5 ou 6 jours. De 98 € à 545 €

De la journée de découverte à la pause thermale de 6 jours, accordez-vous une expérience thermale profonde et reminéralisante.

Découvrez notre offre de soins spécifiques en rhumatologie et phlébologie riche en bains et jets massants, application de boue. Ressourcez-vous grâce à l'eau thermale de Balaruc-les-Bains...

BALARUC-LES-BAINS

Soins à l'eau thermale

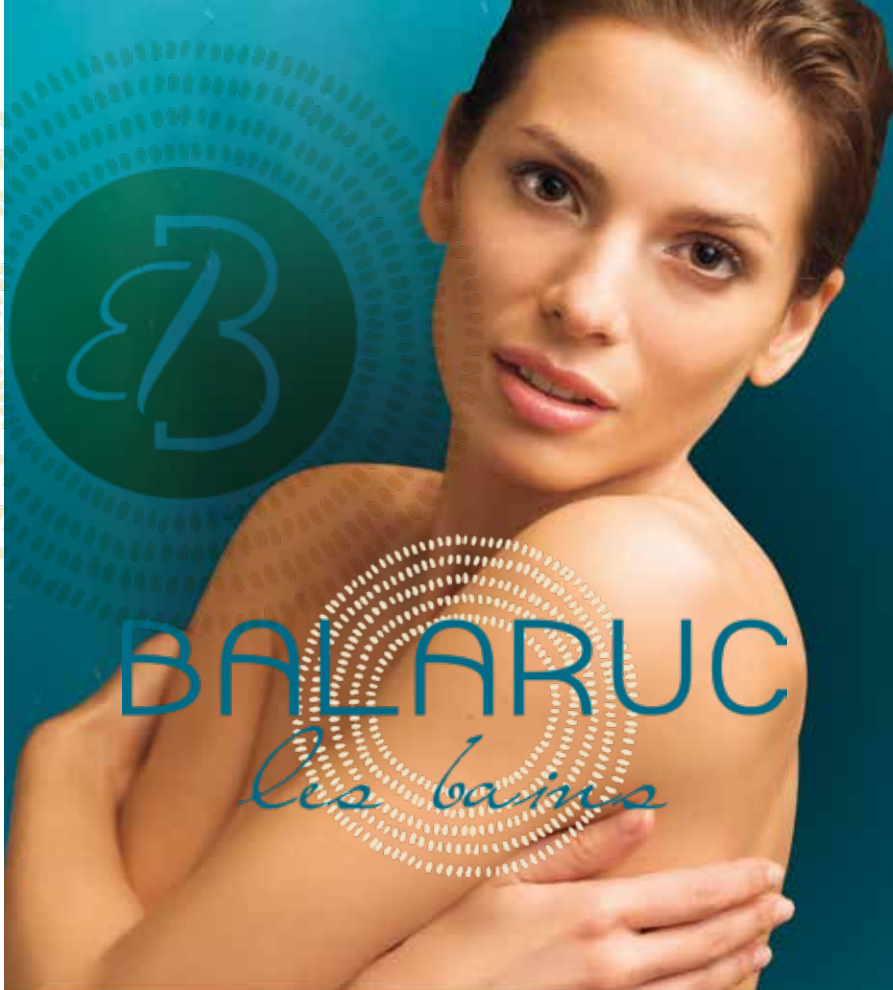
Dans le Sud de la France, rayonne une cité antique bordée par la lagune de Thau dont l'eau merveilleuse jaillit de sources naturelles profondes. Cette eau thermale a traversé différentes strates rocheuses pour s'enrichir au fil du temps.

Gorgée des bienfaits de la nature, elle puise année après année des propriétés étonnantes pour la peau et le bien-être du corps : Grâce à un taux de calcium élevé, la communication intercellulaire est restaurée, la peau régénérée.

Sa teneur en magnésium inégalée offre un bouclier anti-stress et antioxydant ultra performant.

Sa richesse en potassium optimise l'hydratation de l'épiderme.

Cet ensemble de nutriments essentiels redensifie et protège la peau.



Deux mille ans plus tard, l'efficacité de cette eau thermale est prouvée, la science rejoint l'Histoire. Imaginez qu'à cette eau aux multiples vertus, soient ajoutés des actifs du Sud de la France sélectionnés pour leurs performances. Plusieurs années de recherche et développement au sein de notre laboratoire ont permis d'atteindre la parfaite adéquation entre ces ingrédients et notre eau singulière. Le résultat, des formules uniques à l'efficacité décuplée, des textures fondantes et subtilement parfumées pour des routines de soin plaisir et une peau splendide. Une nouvelle cosmétique efficace et respectueuse.



UNE GAMME DE SOINS COMPLÈTE

en vente sur trois sites :

- Boutique Séuigné (à côté de l'Office de Tourisme) – Centre-ville de Balaruc-les-Bains
- Thermes de Balaruc-les-Bains
- Au spa thermal O'balia

**MAIS ÉGALEMENT EN LIGNE :
WWW.BALARUC-COSMETIQUE.COM**

LE TARIF PRIVILEGE

Profitez d'être à Balaruc en séjour ou en résidence permanente et profitez d'une remise de 10% sur tous les soins au sein d'une des boutiques de la station.

SPA THERMAL O'BALIA

Complétant son offre thermale, Balaruc-les-Bains est également une destination « bien-être » grâce au premier spa thermal de la Méditerranée : le Spa Thermal O'Balìa.

Lieu unique de plaisir et de détente, O'balìa propose une multitude de soins mettant à profit les bienfaits de l'eau thermale dans deux espaces complémentaires : «l'espace bassins» et «l'espace Spa».



LA MAGIE DE L'EAU (ESPACE BASSINS)

O'balìa vous invite à vivre une expérience unique de cette "Magie de l'Eau" pour vous ressourcer dans des bassins d'eau thermale à 34°C.

L'eau thermale en abondance se décline sous toutes ses formes, en bains bouillonnants, cols de cygnes et cascades...

HORAIRES D'OUVERTURE

- ESPACE MAGIE DE L'EAU :
 - Du lundi au jeudi : de 11h à 19h
 - Vendredi, samedi, dimanche : de 10h à 19h45

Les nocturnes de la Magie de l'eau : du 10 mai au 27 septembre 2019
Tous les vendredis jusqu'à 22h45

- ESPACE MAGIE DES MAINS :
 - Du lundi au jeudi : de 10h à 19h
 - Vendredi, samedi, dimanche : de 10h à 20h



Plus d'informations :
O'BALIA

Allée des Sources

TÉL. 04 67 18 52 05
WWW.OBALIA.FR

contact@obalìa.fr

LA MAGIE DES MAINS (ESPACE SPA)

O'balia vous entraîne dans un voyage merveilleux des sens "la Magie des Mains" grâce à des massages et soins du corps aux senteurs de rêve.

O'balia vous procure le réconfort, le meilleur des soins, l'écoute, pour sublimer votre beauté naturelle. Pour vous évader et enfin vous retrouver.

Cette année de nombreux nouveaux soins à O'balia viennent compléter l'offre d'évasion du spa thermal.



• MASSAGES «SUR-MESURE RELAXANT»

100% sur mesure. Choisissez votre huile (Fleur d'orange, eucalyptus, cerisier, lavande), la praticienne adaptera les manoeuvres, la pression et les zones à privilégier en fonction de vos besoins et envies.

«DEEP TISSUE»

Modelage de récupération musculaire, qui permet d'éliminer les toxines présentes dans le corps après l'effort. Ce massage est idéal pour les athlètes et les personnes souffrant de douleurs chroniques, ce dernier permet de diminuer les tensions et raideurs musculaires. Modelage profond et stimulant associé à la menthe poivrée et la gaulthérie.

OFFRE SPÉCIALE CURISTE :
En cure thermale à Balaruc-les-Bains,
profitez d'une remise de 10% sur les
soins à la carte lors de votre première
visite !

*(Sur présentation de la
carte de cure et carte
d'identité)*

• LES SOINS MINCEUR

Bodysculptor® : minceur et fermeté

Ce soin de pressothérapie conjugue minceur et bien-être en traitant par champs magnétiques pulsés, toutes les zones adipeuses. Technique indolore. Votre silhouette se redessine et la peau gagne en fermeté !

La pressothérapie, un soin drainant pour des jambes plus légères

Les bottes de pressothérapie font des merveilles aux jambes opprimées par les problèmes veineux.

Elles agissent aussi contre la cellulite aqueuse, en chassant la rétention d'eau.

Modelage minceur

Le modelage amincissant est fait de gestes toniques. Il vous permet de vous détendre, mais aussi d'accompagner votre démarche d'amincissement en agissant directement sur les parties de votre corps que vous souhaitez remodeler.

Bloomea® corps

Sur le corps, BLOOMEA® estompe petit à petit les vergetures, affine et lisse l'épiderme du cou et du décolleté et rajeunit le dos des mains

KOBIDO Massage Facial Japonais

Véritable lifting naturel du visage par technique d'acupression ou digipuncture, sa pratique régulière permet de prolonger ou de retrouver la jeunesse du visage, des muscles souples et toniques, une peau purifiée au teint éclatant. Il libère votre visage des tensions favorisant la formation des rides.

1 séance de 50 minutes : 79€

5 séances de 50 minutes : 316€

Bloomea® visage

Sur le visage, Bloomea® atténue cicatrices et séquelles d'acné, estompe les taches de soleil (liées à la grossesse ou à la pilule), affine le grain et les ridules, resserre les pores, tonifie et adoucit la peau.





NOS AUTRES ADRESSES BEAUTÉ - SANTÉ - BIEN ÊTRE

Retrouvez ici les structures qui proposent des prestations de bien-être et de beauté.

CABINET DE THÉRAPEUTES

Le Secret de l'Harmony

Médecine chinoise, Reiki, Biomagnétisme, Hypnose, Thérapie de couple, Auriculo, Art divinatoire
Galerie Athéna
8 rue Maurice Clavel
06 25 86 46 55
lesecretdelharmony@hotmail.com

CLINIQUE DERMATOLOGIQUE

Centre Réjuderm

3 rue de l'Église
07 69 23 50 67

COIFFURE À DOMICILE

Osmose Coiffure

06 89 16 14 18

CRYOTHÉRAPIE :

PLAISIR, PERFORMANCE, SOIN

Cryopole

2 route de Sète
04 67 49 34 18
07 81 88 20 55
www.cryopole.com

DIÉTÉTIQUE - PRODUITS BIO

Le Germe de Vie®

8 avenue de Montpellier
04 67 48 16 94
contact@germedevie.fr
www.germedevie.fr

ESPACE BIEN-ÊTRE / SPA

Hôtel Ibis Sète Balaruc-les-Bains

3 avenue de la Pinède
04 67 80 28 00

INSTITUT DE BEAUTÉ

Body Times

Rond-point de la gare
06 15 63 28 88
www.institutbodytimes.com

La Main de Jade

(voir publicité ci-dessous)
39 avenue du Port
04 34 45 73 17 / 06 16 11 35 73
www.maindejade.fr

La Rose des Sens

(voir publicité ci-dessous)
3 square du Docteur Bordes
04 67 74 89 18
www.larosedessens.fr

ORTHOPÉDIE

Pop Orthopédie

(voir publicité page 11)
4 avenue Pasteur
Résidence Sévigné 5
04 99 04 06 56
pop.orthopedie@gmail.com
www.poporthopedie.fr

La Main de Jade

INSTITUT DE BEAUTÉ ESTHÉTIQUE / PROTHÉSIE ONGULAIRE

Jade est à votre écoute pour parfaire votre beauté de la tête aux pieds et bien sûr jusqu'au bout des ongles.

Nouveauté : soin amincissant grâce à la cryolipolyse, soins du visage et du corps Sothys, extensions de cils volume Russe en soie, épilations au fil, soins enfants...

Vente de produits de beauté et parfums, Maquillage SOTHYS, bijoux fantaisie, Accessoires de mode.

39 avenue du port / 34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 04 34 45 73 17

www.maindejade.fr



La Rose des Sens

INSTITUT DE BEAUTÉ



Soins anti-âge **CELLU M6** / Soins amincissants **CELLU M6**

Épilations, soins et produits **DECLÉOR** et **LA SULTANE DE SABA**

Vernis semi-permanent **O.P.I.** Vente de produits de beauté et parfums

Ouvert du mardi au samedi

3 square du docteur Bordes/ 34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 04 67 74 89 18

www.institut-beaute-sete.fr



SALON DE COIFFURE

Art Coiff Esthel

Méditerranée Thermal
40 Avenue Raoul Bonnacaze
04 67 18 76 00
artcoiffesthel@gmail.com

Audrey Coiffure

Rond-point de l'ancienne Gare
04 67 28 31 04
audreymcoiffure@gmail.com

Jean-Philippe Coiffure

(voir publicité ci-dessous)

Galerie Athéna
8 rue Maurice Clavel
04 67 74 08 46

Hair Marin

(voir publicité ci-contre)

Rue de la paix
A côté des halles
04 67 48 75 46

L'Excellence

4 avenue pasteur – résidence
séigné 5
07 87 71 30 67
lexcellencemegane.wixsite.com

Marc coiffure par Caro

16 Avenue Pasteur
Résidence du Parc
04 67 48 51 15

Nathalie Coiffure

21 avenue du Port
04 67 48 73 26

Un Gars ... Une Fille

40 avenue Raoul Bonnacaze
04 30 72 48 83 - 06 24 80 14 35

LA BEAUTÉ POUR TOUS, nos amis les Bêtes



SALON DE TOILETTAGE

Un Chien dans Le Vent

90 chemin du Mas de Mirand
34540 Balaruc le Vieux
06 18 61 01 30
www.toilettage-balaruc.com

SALON DE TOILETTAGE - ACCESSOIRES CANINS

Au Bonheur d'Irko

40 avenue Raoul Bonnacaze
04 67 18 90 72

Prestige Canin

Rond-point de la gare
06 73 25 33 45
www.toilettage-balaruc.jimdo.
com



Pop Orthopédie

SANTÉ ET ORTHOPÉDIE



Orthopédie générale, semelles
orthopédiques, compression veineuse
et lymphatique, orthèses sur mesure,
prothèses mammaires externes et
accessoires.

A deux pas de l'établissement thermal

4 avenue Pasteur, Le Séigné 5
34540 BALARUC LES BAINS

TÉL. 04 99 04 06 56



pop.orthopedie@gmail.com
www.poporthopedie.fr

Hair Marin

COIFFURE HOMMES, FEMMES, ENFANTS PROTHÉSISTE CAPILLAIRE



Visagiste Conseil
Soins botaniques.
Forfait Curistes.

Toute l'année du mardi au vendredi –
9h / 18h
Le samedi – 9h / 19h30.

SARL L'COIFF
Rue de la Paix (côté des Halles)
34540 BALARUC-LES-BAINS
TÉL. 04 67 48 75 46



Jean-Philippe Coiffure Mixte COIFFURE

Pour votre bien-être dans un cadre feutré et
convivial, Jean-Philippe vous accueille afin de
parfaire votre beauté.

Coloration sans ammoniaque aux huiles es-
sentielles ainsi qu'une gamme de soins Spa.

Ouvert du mardi au samedi de 8h30 à 19h
sans interruption.

Galerie Athéna
8 rue Maurice Clavel (à côté de
l'hôtel Martinez)
34540 BALARUC-LES-BAINS
TÉL. 04 67 74 08 46



A VOS PAPILLES



Situé entre mer et vignobles, l'Archipel de Thau offre à ses visiteurs une gastronomie typique et ancestrale. Notre 3^{ème} orientation, la gastronomie.

Huîtres, moules, huile d'olive, miel et bien d'autres produits sauront raviver vos papilles ! Le tout, accompagné des vins de nos domaines viticoles et votre séjour sera un véritable éveil aux sens.



Pour découvrir le meilleur de la gastronomie locale, Balaruc-les-Bains recèle d'excellents restaurants : cuisine gastronomique ; restaurant Lounge, cuisine traditionnelle ou Méditerranéenne ; Fruits de mer (coquillages, anguilles à la balarucoise, encornets et moules farcies, poissons en tout genre...) ; brasserie, pizzeria, crêperie, snack, cafétéria... A base de produits de la mer et de l'étang, la gastronomie balarucoise représente un véritable feu d'artifices culinaire. Régalez-vous !

NOS RESTAURANTS

RESTAURANT GRILLADES AU FEU DE BOIS

A L'Ancienne

4 rue de l'esplanade
04 67 18 26 67

RESTAURANT «MAITRE RESTAURATEUR»

L'Arôme

22 avenue du port
04 67 48 48 27
www.jeanjackmonti.com

RESTAURANT CUISINE TRADITIONNELLE FRANÇAISE

La Barge

10 avenue de la Gare
04 67 48 48 09

Mamacita

(voir publicité ci-contre)
40 avenue Raoul Bonnacaze
09 53 69 20 89
www.mamacitacafe.fr

Le Martinez

2 rue Maurice Clavel
04 67 48 50 22

Le Parc «Chez Pascaline»

Résidence du Parc
14 avenue Pasteur
04 67 43 43 67

Le Prana (au Casino)

Restaurant Lounge
Rue du Mont St Clair
04 67 48 00 56
casinobalaruc@aol.com

Le Virage Sud

40 avenue Raoul Bonnacaze
04 67 51 98 41

Les Trucs à Mamy

47 avenue du port
04 67 43 29 06

O'Bistrot du Marché

4 avenue Pasteur
04 67 51 00 89
06 95 68 06 78

RESTAURANT FRUITS DE MER ET POISSON

Mer & Co

26 avenue du Port
04 67 28 53 42

RESTAURANT CUISINE MÉDITERRANÉENNE

Le BALA'MIAM

20 rue Maurice Clavel
04 67 43 07 27

La Guinguette à Fady

25 avenue de la cadole
04 67 48 01 37
www.laguinguette-restaurant.fr

Le Point de Thau

55 avenue du port
04 67 18 08 42



RESTAURANT PIZZERIA

Chez Dédé

6 avenue de Montpellier
04 67 43 03 28

Chez Solo

1 rue des Catamarans
06 38 44 22 51
www.chezsolo-pizza.com

KGS

42 rue Maurice Clavel – Place du Mail
09 61 39 67 05
brasserie.kgs@orange.fr

Sancta Maria 1187

(voir publicité ci-dessous)
2 rue du Pioch
04 99 02 97 29
sanctamaria@orange.fr
www.sanctamaria.fr

Mamacita

RESTAURANT



"C'est bon parce que c'est maison"
Formule Déjeuner à partir de 12€

40 Ave Raoul Bonnacaze
34540 BALARUC-LES-BAINS
(Derrière l'église)

Tél. 09 53 69 20 89

www.mamacitacafe.fr

Sancta Maria 1187

RESTAURANT - PIZZERIA

Cuisine traditionnelle du sud,
Menu régional,
Authentiques pizzas,
Plat du jour
Terrasse extérieure au calme



Place notre Dame des Eaux
Entrée derrière la chapelle face à la Poste

34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 04 99 02 97 29

sanctamaria@orange.fr
www.sanctamaria.fr



Le Palico

RESTAURANT

Francois Guiot -
Artisan Traiteur et
Maître rôtiisseur

Restauration
méditerranéenne et
traditionnelle.

Tous les jours, un nouveau
menu.



Ouvert du lundi au samedi (midi et soir) et le dimanche midi

Le menu complet 18.50€

Entrée plat ou plat dessert 15.00€

12.50 le plat du jour

7 rue Montgolfier

34540 Balaruc-les-Bains

Tel : 06 82 66 48 11

guiot.traiteur@orange.fr

NOS TRAITEURS RESTAURANTS

Le Palico

(voir publicité ci-dessus)

7 rue montgolfier

06 82 66 48 11

guiot.traiteur@orange.fr

Humm, Ça Sent Bon

(voir publicité ci-dessous)

32 rue maurice clavel

04 67 18 24 40

www.hummcasentbon.fr



Humm, Ça sent Bon

TRAITEUR RESTAURANT



Chez Kate &
Hervé

Plats régionaux.
Fabrication
maison

32 rue Maurice Clavel

34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 04 67 18 24 40 /

06 67 63 84 80

humm.casentbon@gmail.com

www.hummcasentbon.fr/



POUR UNE PETITE FAIM

SNACK

Le Cornet

(voir publicité ci-contre)

Place gémeaux

Avenue des Thermes Athéna

06 14 60 19 65 / 07 78 84 07 17

One Tacos

7 rue de la pompe vieille

(à côté du Bar-Tabac chez Guinguin)

06 95 23 11 84

PIZZA

Allegro Lelia

40 avenue Raoul Bonnacage

04 67 51 53 67

Pizza Drive

2 rue de la Paix

04 67 80 25 34

lpizzas@bbox.fr

RESTAURATION BAR - TABAC- PMU - LOTO

Bar Tabac des Bains

«Chez Guinguin et Marie»

3 avenue de la Cadole

04 67 18 93 44

Le Mistral

Quartier des Usines / le belvédère

04 67 48 90 81

BAR – SALON DE THÉ

Café des Bains

12 avenue des Thermes Romains

04 30 41 65 13

BAR –

BRASSERIE

Le Moka

avenue des Thermes Romains /

Place H. Barbusse

06 13 32 40 60

Les Voiles

30 avenue du Port

04 67 48 50 08

BAR – CRÊPERIE- LOTO

Le Biniou

2 avenue Pasteur

04 67 43 34 11

CRÊPERIE - SALON DE THÉ - SALADERIE

Coté Parc

Rue de la paix

Parc Séuigné

04 30 72 63 47

PETITE RESTAURATION ESPACE CADEAUX

L'instant Plaisir

Passage des Bains

Résidence des Bains

06 81 60 09 57

asaro.laurence@orange.fr

Le Cornet

RESTAURATION RAPIDE
SNACK



Frites Fraîches – Tacos – Américains
– Cheeseburgers – Paninis – Wraps –
Assiettes – Desserts

A emporter ou sur place

Place des gémeaux

Avenue des thermes Athéna

34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 07 78 84 07 17



LE SAVOIR-FAIRE BALARUÇOIS



La Cure Gourmande

Biscuits, confiseries, chocolaterie. À la recherche des saveurs perdues, du goût et des traditions. L'idée première de cette biscuiterie était de retrouver au-delà de la qualité gustative, les émotions affectives des produits traditionnels d'antan. La Cure Gourmande fabrique dans ses ateliers les délices qui réjouissent les petits et grands gourmands depuis 1989. Des produits authentiques présentés dans un univers chaleureux et accueillant. Les équipes de La Cure Gourmande sont portées par la passion de ces gourmandises et le plaisir de les partager avec les visiteurs donc n'attendez plus !

Rendez-vous à la Cure Gourmande

Place de l'ancienne gare (Fabrique et boutique)

Passage des Bains (Boutique)

04 67 80 01 72

www.la-cure-gourmande.fr

COMMERCES ALIMENTAIRES

ALIMENTATION GÉNÉRALE – COMMERCE AMBULANT (MARCHÉ TRADITIONNEL)

SAS Olives Bernard

Mardis et Vendredis
au Marché de Balaruc-les-Bains
07 68 24 60 68

BOUCHERIE- CHARCUTERIE- TRAITEUR

Thierry Rizzo / Les 2 Arcades

(voir publicité ci-contre)
3 au des Thermes Romains
04 67 48 51 59

BOULANGERIES- PÂTISSERIES

Banette «Le Paniol»

4 avenue des Thermes Romains
04 67 48 91 43

Chez Isabelle et Sylvain

1 avenue du Port
04 67 48 51 36

Cœur Opéra

20 avenue de Montpellier
04 67 48 52 48

PÂTISSERIE ARTISANALE

La Pomme d'Amour

4 avenue des Thermes Romains
04 67 48 91 43

SUPERMARCHÉ

SPAR

44 avenue de Montpellier
04 99 02 03 85

Les 2 Arcades

TRAITEUR
RESTAURANT

Rôtisseries, salades,
plats cuisinés
Spécialités régionales
Fabrications maison
Réceptions, buffets

3 avenue des Anciens Thermes
Romains
34540 Balaruc-les-Bains
Tél. 04 67 48 51 59



A vertical advertisement for 'Boucherie Charcuterie Traiteur'. The top part has a red background with white text: 'Boucherie Charcuterie Traiteur'. Below this, on a grey background, it says 'Plats cuisinés, salades, Spécialités locales, Rotisseries'. There are three small images: a lobster, a ham, and a roasted chicken. At the bottom, it says 'Thierry RIZZO Artisan depuis 1989' and 'Des collaborateurs et collaborateurs'. A large red box contains the phone number '04 67 48 51 59'. At the very bottom, there is a Facebook logo and the text 'Boucherie Charcuterie Traiteur Les deux Arcades'.



CAVISTES ET PRODUITS RÉGIONAUX

Un concentré de saveurs et de senteurs



Ce sont des siècles d'une viticulture passionnée autour d'un cépage unique, le Muscat Blanc à petits grains, qui ont fait éclore une des premières Appellation d'Origine Contrôlée française. 100% nature, vins doux naturel ou muscat sec, ils accompagnent avec bonheur les produits du terroir et les spécialités locales dans les nombreux restaurants de la station.

Retrouvez-les chez nos cavistes !

CAVISTES

Cellier des Cigales

1 avenue de Montpellier
5 avenue des Thermes Romains
04 67 48 92 75

La Cave Balarucoise

28 rue Maurice Clavel
06 30 70 97 51
lacavebalarucoise@gmail.com

Le Vigneron

33 avenue du Port
04 67 48 58 66

Vins et Saveurs

2 route de Sète
04 67 36 45 84 / 06 23 14 78 10
uinsetsaveurs@hotmail.com

TRAITEURS TIELLERIE

L'Atelier de la Tielle Maison Dassé

TRAITEUR
TIELLERIE

Ouvert
7 jours sur 7
de 7h à 20h

Route de Sète –
Plan de la Gare
04 67 36 20 97



www.tielledasse-balaruc.fr



L'Atelier de la Tielle / Maison Dassé

(voir publicité ci-contre)

Route de Sète – Plan de la Gare
04 67 36 20 97
www.tielledasse-balaruc.fr

Tielles et Compagnie

27 Avenue du port
04 99 02 94 61

BALARUC LOISIRS

UNE HISTOIRE, DU BIEN ETRE ET DES LOISIRS

Terre de découvertes naturelles, touristiques, culturelles et patrimoniales



C'est autour du thermalisme et de ses bienfaits que, dès l'Antiquité, s'est forgée l'histoire de Balaruc-les-Bains. Du temps des Romains au nouvel établissement thermal, Balaruc, ville où il fait bon vivre regorge d'atouts pour faire de votre séjour un moment agréable.

Les plages de Balaruc-les-Bains invitent à une baignade tranquille. Familiale par excellence, ces plages sont idéales pour les tout-petits qui peuvent patauger dans une eau peu profonde et sans courant. Elles sont bordées de chemins piétonniers duquel on embarque en bateau pour des promenades.

UN JARDIN ANTIQUE

Entre allées fleuries et espaces boisés, le parcours révèle l'évolution et la diversité des jardins de l'antiquité, la richesse des compositions ornementales et des ambiances paysagères. Conçu selon les différents archétypes de l'Antiquité, ce jardin est dédié à la connaissance des essences végétales méditerranéennes et à leurs usages au travers de sept créations originales. Le long d'un cheminement, elles font découvrir l'agriculture et l'horticulture, le sacré, la médecine,

la magie, la cuisine ou la cosmétique. Un riche héritage laissé par les Romains. Un parcours ludique imaginé pour les enfants Agriculture, horticulture, médecine, mythologie et cosmétique, apprenez les différents usages que les hommes faisaient de la flore pendant l'Antiquité !

Rue des Pioch (avenue de la gare, à côté des serres municipales)

TÉL : 04 67 46 47 92 /
jam@agglopole.fr





UN CADRE EXCEPTIONNEL

C'est une belle invitation à la détente et au plaisir des yeux que vous offre la Promenade "Georges Brassens - Laurent Spinosi". D'une longueur de près de 2 km, bordant l'Etang sur la partie située entre le port et l'impasse des Calanques, son magnifique panorama sur le bassin de Thau et également sur les villes et villages avoisinants vous séduira inmanquablement : Sète, la "Venise languedocienne" et son fameux Mont Saint-Clair, Mèze, premier port de petite pêche de la Méditerranée ; Bouzigues, berceau de la conchyliculture ; Agde, cité grecque née au pied d'un volcan : le Mont Saint Loup (113 m), Marseillan et ses célèbres chais de Noilly Prat ainsi que, curiosité en fin de promenade, une vue plongeante sur la source de la Vise, entonnoir de 100 mètres de diamètre. Parfait pour flâner en bord de lagune, sur l'air des copains d'abord en compagnies des frères Montgolfier... Profitez-en !



UN CENTRE NAUTIQUE

Envie d'activités nautiques ? Découvrez le centre nautique de Balaruc-les-Bains, en bordure de lagune, qui vous attend avec sa flottille moderne ! Le Centre Nautique "Manuréva" de Balaruc-les-Bains, grâce à des équipements et des moniteurs qualifiés, permet la découverte et la pratique des sports nautiques à tout âge.

Stages de 1 à 5 jours pour vous initier ou vous perfectionner aux sports nautiques sur différents types de bateaux : planches à voile, catamaran, optimist, paddle, canoë.

Location de matériel pour les plus aguerris ... de multiples formules pour répondre à vos différentes envies de grand large.

Espace sportif du Petit Bois / Avenue de la Gare

TÉL : 04 67 48 55 63

centrenautiquemanureva@ville-balaruc-les-bains.fr



VIVEZ BALARUC

L'Office de Tourisme vous propose, tout au long de l'année, des sorties pour découvrir les villages typiques et les lieux incontournables en pays de Thau, des randonnées dans le Massif de la Gardiole, des sorties en bateau sur la lagune de Thau, des croisières en péniche sur le Canal du Midi et bien d'autres activités.



LA FORMULE PASS LOISIRS

vous permet de prendre soin de vous et de profiter d'activités «sport - santé» comme le Pilates, Qi Gong, Chiball ou encore la sophrologie, et de découvrir le massif de la Gardiole grâce aux Sorties Nature, le tout à moindre coût.

6€ à l'unité

Pass 3 activités 15€

Pass 5 activités 25€



LES « Z'ACCUEILS DU LUNDI »

Nos conseillers vous accueillent tous les lundis pour les « Z'accueils du Lundi » afin de découvrir tout ce qu'il y a à voir et à faire à Balaruc et ses alentours !

10h à 12h devant l'Office de Tourisme (hors juillet / août).

LES PETITS

+

LES ANIMATIONS ESTIVALES

Festivals, soirées, fêtes traditionnelles et colorées, bals et autres moments d'animation accompagneront votre séjour à Balaruc-les-Bains.

Mais aussi :

Le Crieur de Rue : Présentation des festivités de la semaine

Pour les plus jeunes : le clown Biscotte, les Lundis des Enfants.

Pour découvrir notre territoire : les sorties découverte de l'environnement.

Découvrez le programme des festivités dans notre agenda mensuel et tendez l'oreille vers les villes alentours qui proposent une programmation festive et dense (à Frontignan, Marseillan, Sète ...).

NOS EXCURSIONS INCONTOURNABLES

EXCURSIONS GUIDÉES EN AUTOCAR

POUR DÉCOUVRIR NOTRE RÉGION

Littoral Voyages

(voir publicité ci-dessous)

La Camargue, le Perthus et la côte vermeille, le Viaduc de Millau et Roquefort, Béziers et les écluses de Fonsérannes ...
Les dimanches.

EXCURSIONS EN MINI-BUS

POUR DÉCOUVRIR LES INCONTOURNABLES DE L'HÉRAULT

Buscapade languedoc

Abbaye de Valmagne, St Guilhem-le-Désert, la Camargue, Arles, Pézenas, Agde ...
Mardi, Mercredi, Jeudi, Dimanche.

Sète Grand Tour

À la découverte de l'Archipel de Thau. Visite typique de Sète, de la lagune, sur les pas de Brassens ...
Mardi, Mercredi, Jeudi, Vendredi.

SORTIES

BATEAUX

POUR DÉCOUVRIR LA LAGUNE DE THAU

Bateau Découverte Bleu Marin

(voir publicité ci-contre)

Découverte des parcs à coquillages par un conchyliculteur et dégustation de coquillages.
Le mardi matin, d'avril à fin octobre.

POUR DÉCOUVRIR LE CANAL DU MIDI

Les Bateaux du Soleil

Une journée de croisière sur le Canal du Midi.
Le dimanche, d'avril à fin octobre.

POUR DÉCOUVRIR LES CANAUX ET LA MER MÉDITERRANÉE

Sète Croisière

Traversée de la lagune de Thau en bateau et découverte du marché en cœur de ville ou visite de Sète en bateau et petit train.
Mercredi ou dimanche, d'avril à fin octobre.



Pour toutes ces excursions, renseignements et inscriptions :

BALARUC TOURISME

(Office de Tourisme)
Pavillon Séuigné

NOTRE ASTUCE

Activités très demandées. Je m'inscris bien à l'avance auprès de « Balaruc Tourisme » (Office de Tourisme)

Bleu Marin

BATEAU DÉCOUVERTE

Découverte de l'Étang et des parcs à huîtres avec un ostréiculteur.

1h de visite commentée par un professionnel...

dont 30 minutes d'arrêt sur son exploitation de coquillages.

Départ du port de Bouzigues

Avril à Octobre inclus : Sorties prévues tous les mardis à 10h au départ de Balaruc-les Bains (Inscriptions et programme à l'Office de Tourisme)

34140 Bouzigues

Tél. 06 03 31 44 90

www.promenade-bouzigues.fr

bleumarin34@hotmail.fr



Littoral Voyages

EXCURSIONS GUIDÉES EN AUTOCAR



Excursions guidées en ½ journée et en journée pour découvrir notre région au départ de Balaruc-les-Bains : Découverte de la Camargue, le Perthus, Saint Guilhem le Désert...

Autocars Grand Tourisme : toilettes, climatisation...

Voyages organisés en France et en Europe

PROGRAMME ET INSCRIPTIONS POUR LES DIFFÉRENTES EXCURSIONS À L'OFFICE DE TOURISME.

BP13 – ZA Les Verbières / 34770 GIGEAN

Tel : 04 67 78 78 75 – Fax : 04 67 78 62 61 lv@littoral-voyages.fr / www.littoral-voyages.fr

NOS AUTRES BONS PLANS

LOISIRS



LOISIRS CULTURELS

Le Centre culturel «Le Piano-Tiroir»

Le Piano-Tiroir, nouveau complexe culturel, vous accueille tout au long de la saison culturelle et vous propose une programmation généraliste tout public, définie par des axes autour du jeune public, de l'humour, de la musique, des arts visuels... Ne loupez pas les Dimanche Cinéma : projections de films récemment sortis en salle.

Programmation disponible à l'Office de Tourisme

ou sur www.balaruc-les-bains.com

15 avenue de la Pinède
Bus : ligne 10 et 14S,
arrêt Centre Nautique
Manuréva.



La Bibliothèque

La Bibliothèque vous accueille :

- Mardi et Vendredi : 9h-12h30 / 14h-17h30
- Mercredi et Samedi : 10h-12h30 / 14h-17h
- Jeudi : 14h-17h

Fermeture hebdomadaire : Lundi et Dimanche. Possibilité d'emprunter 10 documents pour 3 semaines ou abonnements vacanciers/curistes pour 3 mois à 6€50. Bibliothèque accessible aux personnes à mobilité réduite.

Résidence Sévigné Thermal,
Entrée Parc Charles de Gaulle.

Tel 04 67 43 23 45

Randoland

Venez découvrir les mille et une richesses de Balaruc en famille de façon ludique à travers des énigmes sur l'histoire de la station. Balade d'environ 4 kms,

énigmes pour les petits à partir de 4 ans.

Liuret Randoland sur demande à l'Office de Tourisme.

ETABLISSEMENT DE JEUX

Le Casino de Balaruc

Machines à sous. Salle des grands jeux avec roulette, Black Jack, Stud Poker.

Restaurant Lounge. Ouvert toute l'année de 10h à 4h, 7 jours sur 7. Etablissement interdit aux moins de 18 ans. Entrée sur présentation d'une pièce d'identité.

Rue du Mont Saint Clair
Tel 04 67 48 00 56
casinobalaruc34@gmail.com

Ateliers artistes

• Angèle Pizzo (peintre) et Christian Couronne (sculpteur)

6 Rue des Amandier
Tel 04 67 43 00 65 / 06 20 74 33 68
Sur rendez-vous.

• Alfred (peintre)

Impasse Berlioz
Tel 04 67 48 47 82
Entrée libre

DANCING RÉTRO

Le Nostalgia

3 rue des Trimarans
ZA de la Gare
Tél. 04 67 80 24 21 / 06 27 35 38 08

LOISIRS SPORTIFS

Equipements sportifs

• Pétanque et jeu lyonnais
Concours, entraînements tous les jours.

Boulodromes Municipaux - Square Bordes / Place du mail (réf. Plan : F2)

• Tennis

Location de courts
Cours de tennis à partir de 7 ans Minitennis pour les 5 – 6 ans
Service de réservation et de paiement en ligne pour la location de courts (www.)



Mini Golf de l'Étang de Thau

RESTAURANT - BAR - GLACIER



Au cœur du parcours de santé...
 Dans un cadre calme et agréable en bordure de l'Étang de Thau.
 Horaires différents suivant les saisons.
 Rue du Camping / 34540 Balaruc-le-Vieux
Tél. 04 67 78 91 67
minigolf.etangdethau@orange.fr

ballesjaunes.fr) ou à partir d'une borne tactile située au club.
Tennis club Balarucois
Rue du Stade

- **Salle de musculation**
 cardio training ouverte aux curistes et aux conjoints de curistes : Tarif : 30€ + 10€ d'adhésion les 3 semaines.
Complexe sportif Pech meja / rue de la Douane (réf. plan : F6)

- **Espace sportif**
 City stade, skate parc en accès libre, terrains de beach.
avenue de la Gare (réf. plan : F5).

Billard

Billard français. Club ouvert aux touristes et curistes !
 Du lundi au vendredi, 14h à 18h.
Allée des Sources, Hall d'accueil des Hespérides. Bus 14 N / arrêt Naiades (à 100 m des Hespérides).

Cyclisme

Sorties cyclo VTT.
 Départs : dimanche, mardi et jeudi. Rendez-vous : parking Espace Sportif du petit Bois
Au. de la Gare (réf. Plan : F6).
Programme des circuits sur www.velobalaruc.fr

MINI-GOLF - PETITE RESTAURATION - GLACIER

Mini Golf de l'Étang de Thau

(voir publicité ci-dessus)
Cadre calme et agréable en bordure de l'Étang de Thau.
 Rue du Camping
 34540 Balaruc le Vieux
 04 67 78 91 67
minigolf.etangdethau@orange.fr
www.wix.com/minigolfdeletangdethau/ffmg

LOCATION BATEAUX ÉLECTRIQUES SANS PERMIS, JETS, GYROPODES

Aquaturtle
 Avenue du port (face au camping municipal)
 07 67 02 64 63
contact@aquaturtle.fr

LOCATION DE PÉDALOS

Plage du poste de secours
 06 52 83 48 02



POUR LES PLUS JEUNES

Sport Anim'Vacances

pour les 9 / 14 ans.
 Activités de beach, sports collectifs, athlétisme, défi sportif, activités nature et nautiques ...
 Un programme d'activités différent chaque semaine.
Inscription : Service Municipal des Sports - Centre Nautique
04 67 80 92 24 / sports-balaruc@mairie-balaruc-les-bains.fr
Programme à consulter sur le site www.balaruc-les-bains.com.

Accueil de loisirs «Le Petit Bois»

Le Centre de loisirs balarucois ouvre ses portes et accueille les 4 - 11 ans pour des activités de découverte.
Accueil à la journée ou la demi-journée.
Inscription : Service Enfance - Espace Louise Michel
04 67 80 71 50.

Animation Beach Soccer

Pour les 9 / 14 ans, encadrée par un éducateur sportif de la Ville.
Tous les mardis (saison estivale).
17h. Terrain de beach.



PARTEZ À LA DÉCOUVERTE DE L'ARCHIPEL DE THAU

**Entre mer
et garrigue,
vignobles
et lagunes,
le Pays de
Thau, labellisé
«Vignobles et
Découvertes»,
allie vins et
coquillages à
la douceur de
vivre.**

Avec ses 7500 ha, la lagune de Thau est, après la Méditerranée, la plus grande étendue d'eau du Languedoc-Roussillon. Milieu naturel fragile, la lagune a conservé toutes ses caractéristiques de la mer : salinité, faune, flore, profondeur... Véritable mer intérieure, elle est bordée au sud par le cordon littoral, au nord par le tracé de la Via Domitia. Le "lido", mince langue de sable, permet au gré des caprices du temps, des échanges fructueux entre la mer et la lagune. 400 espèces différentes d'animaux s'ébattent sur le plan d'eau et dans ses recoins les plus secrets. Anguilles, muges, loups et daurades partagent avec les producteurs locaux, le festin des coquillages qui y sont produits chaque année. Entre Bouzigues, Mèze et Marseillan, les parcs à huîtres s'étendent à perte de vue, comme des petits jardins soignés, à fleur d'eau.

LA LAGUNE DE THAU, un écosystème protégé et classé Natura 2000



LE MASSIF DE LA GARDIOLE, un écrin de nature



Le massif s'étale sur 18 kilomètres. D'une grande richesse botanique et géologique, c'est un lieu d'observation et de découverte. Ce site classé culmine à 234 m. De son sommet on découvre un beau point de vue sur les étangs, le vignoble et l'arrière-pays. Le massif de la Gardiole abrite les vestiges de l'abbaye Saint-Félix-de-Montceau, fondée à la fin du XI^{ème} siècle. Le site a fait l'objet d'un classement en Site pittoresque, avant d'être transformé en zone naturelle d'intérêt écologique, faunistique et floristique. A pied, à cheval ou à VTT, le massif de la Gardiole offre

des panoramas uniques devant un horizon méditerranéen sans limite. Il est si rare qu'une destination de vacances vous offre une telle diversité de paysages.

Sorties Nature : Inscription auprès de Balaruc Tourisme



BALARUC LE VIEUX

Petit village médiéval, sa circulade et ses remparts

Temps fort de la saison estivale : les Fêtes médiévales de Balaruc-le-Vieux ont lieu chaque année au mois de juillet. L'occasion de faire revivre le Moyen-âge !



BOUZIGUES

Coquet petit village de pêcheurs, berceau de la conchyliculture avec ses fameuses huîtres

Temps fort de la saison : la Fête de l'huître rassemble chaque année au mois d'août plus de 20 000 visiteurs. Exposants, stands de dégustation, animations de rue, spectacle et feu d'artifice animent ces deux jours de foire. Musée de l'Etang de Thau : A la découverte des petits métiers et savoir-faires qui configurent encore les paysages de l'étang de Thau.



MÈZE

La plus ancienne des cités du bassin de Thau, son port de plaisance, ses plagettes et ses restaurants typiques.

Temps forts : L'été, joutes languedociennes, Jeu de Tambourin, fête de la Saint-Pierre, et de nombreuses activités sportives et nautiques en font une villégiature dynamique et agréable. A découvrir aussi en juillet le Festival de Thau et ses escales musicales, et au mois d'août, la grande fête locale avec la sortie du bœuf et du chevalet.

LE COUP DE
CŒUR DE
JONATHAN

Promenade en bateau, découverte des parcs à huîtres par un ostréiculteur, 1h de visite commentée : BATEAU DÉCOUVERTE - BLEU MARIN.

Inscriptions auprès de Balaruc Tourisme

LES COUPS
DE CŒUR
DE SOPHIE

• dégustation de coquillages chez Le Producteur «LE MAS DE CATI»

Lieu dit les amoutous / 34140 Mèze

06 75 49 09 50

lemasdecati@gmail.com

www.lemasdecati.com

• Location de bateaux à moteur, vente accessoires nautiques

«MIDI PLAISANCE»

Chemin de l'étang 34140 MEZE

04 67 43 81 74

contact@midi-plaisance-sud.fr

www.midi-plaisance-sud.fr



FRONTIGNAN

... naturellement

Entre mer et collines de la Gardiole, tout près du Bassin de Thau, Frontignan, traversé par le canal du Rhône à Sète, se savoure comme un concentré de Méditerranée : un littoral de rêve avec ses sept kilomètres de plages préservées, des étangs exceptionnels par leur faune et leur flore naturelles, des paysages aux contrastes étonnants où le vignoble de muscat est omniprésent.



Sète

ARCHIPEL DE THAU

DESTINATION



LOUPIAN

Village méridional et sa villa gallo-romaine



GIGEAN

Abbaye Saint Felix de Montceau



VILLEVEYRAC

et son abbaye de Valmagne



MARSEILLAN

Marseillan offre aux amoureux de soleil, de baignade et de nature, le charme attachant d'un village languedocien situé entre mer, vigne et étangs.

Avec sa double façade sur l'étang de Thau et sur la Méditerranée, Marseillan, fondée au VI^e siècle, a gardé son caractère authentique. Aujourd'hui, son port, largement apprécié des plaisanciers, est l'ultime escale du canal du Midi.

Au fil des rues, Marseillan vous dévoilera ses trésors. Découvrez les panoramas uniques de ses espaces naturels !

Laissez-vous enfin enchanter par ses savoureux produits du terroir : huîtres, vins... et ne manquez pas la visite des chais Noilly Prat... L'apéritif des connaisseurs et des grands chefs !



LES COUPS DE CŒUR DE ARNAUD

SÈTE

Cité maritime de caractère

Merci à Louis XIV, le roi soleil en personne qui choisit le cap de Sète pour relier le canal du midi à la méditerranée. Inauguré le 29 juillet 1666 par un tournoi de joutes, le port de Sète affirme dès lors sa destinée maritime. Aujourd'hui, ses traditions, son art de vivre, sa richesse culturelle, son patrimoine culinaire en font un petit sud à lui tout seul !

- Balade en bateau pour aller au marché de Sète, découvrir ses canaux, son port et la mer Méditerranée : SÈTE CROISIÈRES.

- Découverte de «Sète Autrement» en mini-bus.

Inscription auprès de Balaruc Tourisme.





AGDE, PÉZENAS

Evadez-vous à l'infini entre plage et vignobles, Canal du Midi, espaces naturels protégés et cités historiques autour du Cap d'Agde, de Pézenas, de Portiragnes, de Vias et dans les villages du Pays d'Art et d'Histoire. Nautisme, gastronomie et vins, patrimoine, métiers d'art, brocante et un grand choix de activités pour tous... Cap d'Agde Méditerranée a tant à offrir !

Rendez-vous sur www.capdagde.com, Facebook, Instagram, Twitter et dans nos bureaux d'information.

LES COUPS DE CŒUR DE MARIE

- Visite de l'arrière pays avec Buscapade Languedoc.
 - Visite guidée du patrimoine régional avec Littoral Voyages.
- Inscription auprès de Balaruc Tourisme.*



MONTPELLIER

Le centre historique de Montpellier, ses flâneries dans l'Ecusson, l'emblématique place de la comédie, la faculté de médecine, la place royale du Peyrou, le musée Fabre, le carré Sainte Anne et tant d'autres... La nature, avec le site naturel protégé du Méjean à Lattes, la Méditerranée à 11km du centre de Montpellier avec la majestueuse Cathédrale de Maguelone entre vignes et étangs.

LE COUP DE CŒUR DE CAROLINE

BÉZIERS ET SON CANAL DU MIDI

Croisière en péniche sur le Canal du Midi : LES BATEAUX DU SOLEIL

Inscription auprès de Balaruc Tourisme.

Cet ouvrage, le plus spectaculaire du Canal du Midi, est le site le plus visité de l'Hérault.

L'Octuple (8 écluses, 9 bassins en enfilade) permet de franchir un dénivelé de 21,50 m. Comme dans toutes les écluses du Canal du Midi, les bassins y sont ovales : cette forme permet aux murs de pierre de mieux résister à la pression de l'eau qui s'y déverse. Baptisé «l'escalier de Neptune» par son créateur, le biterrois Pierre-Paul Riquet, l'escalier d'eau est un cadeau de l'enfant du pays à sa ville natale.

www.beziers-in-mediterranee.com



LE COUP DE CŒUR D'ÉMILIE

CAMARGUE AUTREMENT
www.camargue-autrement.com

De mars à fin octobre.

Accueil individuels et groupes
Safari 4X4

Prenez « la route des sens » à bord d'un véhicule 4x4. A travers les marais et les rizières, observez et surprenez un flamant rose, un ragondin, les taureaux et les chevaux.



CAMARGUE AUTREMENT

SAFARI 4X4



Photographie: StudioLM, Adobe Stock - Réplisition: Studio Agens5

1/2 JOURNÉE EN 4X4

Visite commentée avec
un guide du pays !

Découverte des marais et rizières,
taureaux, chevaux, flamants roses...
Pause gourmande insolite offerte !

ADULTE 49,00 €
ENFANT DE 0 À 12 ANS 24,00 €

ÉTABLISSEMENT
RECOMMANDÉ PAR
RECOMMENDED BY



petit fute

Qualité



**RÉSERVATION AU 04 30 08 52 91
OU 06 12 03 25 35**

1745 Route de l'Espiguette - Le Grau du Roi
www.camargue-autrement.com

PLAISIR D'OFFRIR



L'Association des commerçants et artisans de Balaruc-les-bains vous propose de découvrir nos commerces et nos artisans locaux.

En flânant dans les rues de notre ville, vous découvrirez de nombreuses boutiques pour satisfaire vos envies, gâter vos proches, découvrir les spécialités du terroir...

L'association ACB organise tout au long de l'année des manifestations : des braderies, Miss Curiste, le marché de Noël ...

acb.balaruc@gmail.com



Profitez de votre séjour à Balaruc pour découvrir la nouvelle gamme de soins cosmétiques «Balaruc-les-Bains» à base d'eau thermale.

En vente sur trois sites :

- *Boutique Sévigné (à côté de l'Office de Tourisme) – Centre-ville de Balaruc-les-Bains*
 - *Thermes de Balaruc-les-Bains*
 - *Au spa thermal O'balia*
- et sur www.balaruc-cosmetique.com

SHOPPING MADE IN BALARUC

ARTICLES DE PLAGE/ MAILLOTS DE BAINS

Clochette Boutique

Centre commercial La Plage 1
Promenade des Bains
04 67 48 18 23

BIJOUTERIE- RÉPARATION- FABRICATION

La Perle d'Or

4 ter route de montpellier
04 67 43 42 16

BIJOUX- CADEAUX-SOUVENIRS

Amandine Boutique

32, avenue Maurice Clavel
04 67 48 86 27

BIJOUX MINÉRAUX

Couleurs Soleil

16 rue Maurice Clavel
04 67 80 39 72
www.couleurs-soleil-bijoux.fr

CADEAUX - BIJOUX FANTAISIES - ARTICLES DE MODE

La Foire à 2 euros et des Prix

Fous

49 avenue du port
06 26 37 57 94

Grain de sable

6 rue de la paix
04 67 74 67 76

CHAUSSURES ET ACCESSOIRES

Les Copinades

(voir pub ci-dessus)

21 avenue du port
04 67 53 16 32
lescopinades@free.fr

D'un Monde à l'Autre

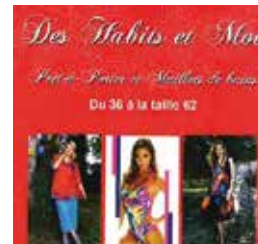
Prêt à porter
Maillots de Bain
16 rue Maurice Clavel
Tél. 04 67 18 27 21



Les Copinades

Chaussures & Accessoires
Mode & Confort
21 avenue du Port
Tél. 04 67 53 16 32

Des Habits et Moi



Maillots de bains
Prêt-à-porter Femmes

8 rue Maurice Clavel
34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 09 51 33 29 35

deshabillezmoilingerie@
hotmail.fr

DROGUERIE- QUINCAILLERIE- ARTICLE DE PÊCHE

Le Petit Bazar

2 avenue de Montpellier
04 67 48 94 77

FLEURISTES

Le Jardin des Fleurs

Rond-point de la Gare
04 67 80 02 53

Senteurs de Lys

1 avenue de montpellier
06 15 97 08 59
senteursdelys34@gmail.com

LINGERIE ET ACCESSOIRES DE CURE

Linge de Maison Valérie

36 rue Maurice Clavel
04 67 43 37 84

MAILLOTS - PRÊT À PORTER FEMMES ET ENFANTS

Des habits et Moi

(voir pub ci-dessus)

8 rue Maurice Clavel – Galerie
Athéna

09 51 33 29 35

deshabillezmoilingerie@hotmail.fr

PRÊT À PORTER

La Boutique

3 avenue de Montpellier
04 67 48 52 66

PRÊT À PORTER FEMMES ET HOMMES

Elle & Lui

9 avenue de Montpellier
06 99 20 01 26

PRÊT À PORTER - MAILLOTS DE BAIN

D'un monde à l'Autre

(voir pub ci-dessus)

16 rue Maurice Clavel
04 67 18 27 21

PRÊT À PORTER FÉMININ COLLECTION MULTIMARQUES

Osmose

Avenue des Thermes Athéna
04 34 53 98 17

DEPLACEZ-VOUS À BALARUC

**Transport
en commun,
pistes
cyclables,
voies vertes,
parkings
gratuits
dans toute
la ville, tous
les conseils
transport
pour un séjour
facile.**

NAVETTE THERMALE (en saison thermale, gratuite; exclusivement réservée aux curistes.)

Desserte de l'établissement thermal, avec 12 points d'arrêt sur toute la presqu'île balarucoise. Circule du lundi au samedi, aux heures d'ouverture des établissements thermaux.



NAVETTE BATEAU EcoThau

Nouveau à Balaruc-les-Bains ! Bateaux navettes régulières Balaruc-Sète / Sète-Balaruc. Trajets réguliers tous les jours jusqu'en octobre (20' de traversée)

CYCLO TAXI - LIVRAISON - VISITE "Mon Coursier de quartier"

(voir publicité ci-dessous)

Tél. 06 25 35 00 84

franck.g@moncoursierdequartier.com

www.moncoursierdequartier.com

**LE COUP DE
CŒUR DE
ROSE-FRANCE**

Mon Coursier de Quartier SERVICES DE PROXIMITÉ

Découvrez une autre façon de vous déplacer !



Montez, Franck vous emmène !
Vélotaxi, Livraison, Visites insolites...
Simplifiez votre séjour !
Offre spéciale curiste : Course à partir de 2 €

34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 06 25 35 00 84

franck.g@moncoursierdequartier.com

www.moncoursierdequartier.com



SÈTE AGGLOPÔLE MOBILITÉ

Ligne n° 14

Balaruc-les-Bains / Balaruc-le-Vieux (centre commercial)

Fonctionne du lundi au samedi, toute l'année.

Bus gratuit.

Liaison entre les différents quartiers de Balaruc-les-Bains (14N pour le nord de la presqu'île, via Pech Meja / 14S desservant le sud via le quartier des Usines).

Ligne n° 10

Sète / Balaruc-les-Bains / Sète
Fonctionne tous les jours de la semaine, toute l'année.

**Fiches horaires disponibles à
l'Office de Tourisme**

Tél. : 04 67 46 81 46

Titres de transport en vente dans les bus ou à l'Office de Tourisme (carnet 10 trajets : 9,50€, Thermalis : 23€ pour 21 jours, ticket AR : 2,20€).

**Service interurbain de bus
Sète Agglopôle Mobilité**

Tel. 04 67 53 01 01

www.mobilite.thau-agglo.fr



DÉPLACEMENT DOUX

De nombreuses pistes cyclables et voies vertes facilitent le déplacement en deux-roues ou à pied. Des parkings réservés aux vélos et des attaches-vélos sont implantés dans tout le cœur de ville pour un stationnement des deux roues en toute sécurité.

DOUBLE SENS CYCLABLE EN CENTRE-VILLE

Cyclistes, pour vous faciliter les déplacements en cœur de ville, des voies de circulation ont été mises en double-sens cyclable.

Favorisant la pratique du vélo, ce dispositif permet au vélo :

- de raccourcir les distances à parcourir,
- d'offrir un meilleur maillage du réseau cyclable,
- de garantir une sécurité aux cyclistes et aux automobilistes.

RÉZO POUCE EN VACANCES

Je me déplace avec Rézo Pouce, l'auto stop serein et solidaire

Déplacez-vous en mode « quand je veux, où je veux ! » avec Rézo Pouce, un dispositif d'autostop organisé, permettant aux conducteurs et passagers de se rencontrer aux « arrêts sur le pouce » et de voyager ensemble. Son utilisation permet une plus grande mobilité tout en sécurisant la pratique de l'autostop. S'inscrire à Rézo Pouce, c'est intégrer un réseau serein et une communauté d'utilisateurs toujours partants.

En téléchargeant gratuitement l'application Rézo Pouce, vos trajets sont dans la poche ! Pour l'utiliser, il vous suffit de vous inscrire à Rézo Pouce, de patienter jusqu'au lendemain (le temps que les bases de données se mettent à jour).

L'appli Rézo Pouce c'est exclusivement pour les membres !



LOCATION DE VÉLOS

De nombreux prestataires vous proposent des vélos de tourisme classiques ou électriques en location.

Galexia bien-être

Village club belambra
Tél. 06 19 98 75 88
www.galexiabienetre-deferlantes.fr

Thau aventure

Tél. 06 23 75 14 09 / 06 84 07 09 64
thau.aventure@orange.fr

En stop pour la plage, grand débat : « kitesurf ou skate » ?

REZO POUCE
L'AUTOSTOP AU QUOTIDIEN

LES TRAJETS NOUS RAPPROCHENT

rezopouce.fr

50th ANAGLOPÔLE
ÉPIQUE DE TOULON

M.B. Taxi TRANSPORT

. A votre service 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, sur toutes distances.

- . Réservations curiste, aéroport et gare.
- . Transport hospitalier (conventionné sécurité sociale), rayons, dialyses et chimiothérapies.
- . Véhicule climatisé



Tél. 04 67 43 07 07 – 06 24 30 82 59
marcbrax@hotmail.fr

Taxi Balaruc TRANSPORT

Virginie et son taxi à votre service 7 jours sur 7

Véhicule climatisé 4/6 places toutes distances

- Transports médicaux assis (conventionné sécurité sociale) :
- Dialyse Dialyse de vacances
- Transports curistes (gares, aéroports...)
- Assistanes

34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 06 64 78 64 36

belascodavid34@gmail.com



TRANSPORT ADAPTÉ

- GIHP

Véhicule adapté pour les personnes à mobilité réduite.

Réserveation : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30.

Tél. : 04 67 53 33 34 -

06 26 68 43 90

Fax: 04 67 53 44 33

transport@gihp-agglothau.org

Les transports doivent être programmés au moins la veille pour le lendemain.

- Ambulance Balaruc Assistance
Tél. : 04 67 48 61 73



TAXIS

Taxi Balaruc

(voir publicité ci-dessus)

06 64 78 64 36

M.B Taxi

(voir publicité ci-dessus)

Place Notre Dame des Eaux (face à la Poste)

04 67 43 07 07 / 06 24 30 82 59

Taxi des Bains

06 09 22 11 85

taxidesbains@bbox.fr

TRANSPORT

TOUTES DISTANCES – EXCURSIONS TOURISTIQUES

Alain Transport

19 avenue du Port

06 09 15 39 78

bleusealain@yahoo.fr

www.premium-tourisme.com

LOCATION DE VOITURES ET UTILITAIRES

Happy location

(voir publicité ci-contre)

75 bis boulevard Camille Blanc
34200 Sète

09 67 15 55 14 / 06 33 11 98 02

contact@happylocation34.fr

www.happylocation34.fr

Ambulance Balaruc Assistance AMBULANCE



Ambulance - VSL - Taxi

.A votre service 7j/7 - 24 h/24
.Toutes distances

4 rue des Négafols

34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 04 67 48 61 73

AMBULANCE - VSL - TAXI

Ambulance Balaruc Assistance

(voir publicité ci-contre)

4 rue des Négafols

04 67 48 61 73

ambuaba@hotmail.fr

BORNE DE RECHARGE VOITURE ÉLECTRIQUE



Parking Place du Mail

Happy Location LOCATION DE VÉHICULES DE TOURISME ET UTILITAIRES



Prenez possession de votre véhicule 7 jours sur 7 au meilleur prix et appréciez votre région en toute liberté.

Happy Location vous prend en charge sur votre lieu de résidence, à votre hôtel, à la gare ou votre camping (Service possible à partir de 7 jours de location).

L'Espace Lavage / 75 bis bd C Blanc / 34200 Sète

Tél. 09 67 15 55 14 –
06 33 11 98 02

www.happylocation34.fr
contact@happylocation34.fr

COMMENT ET OÙ STATIONNER ?

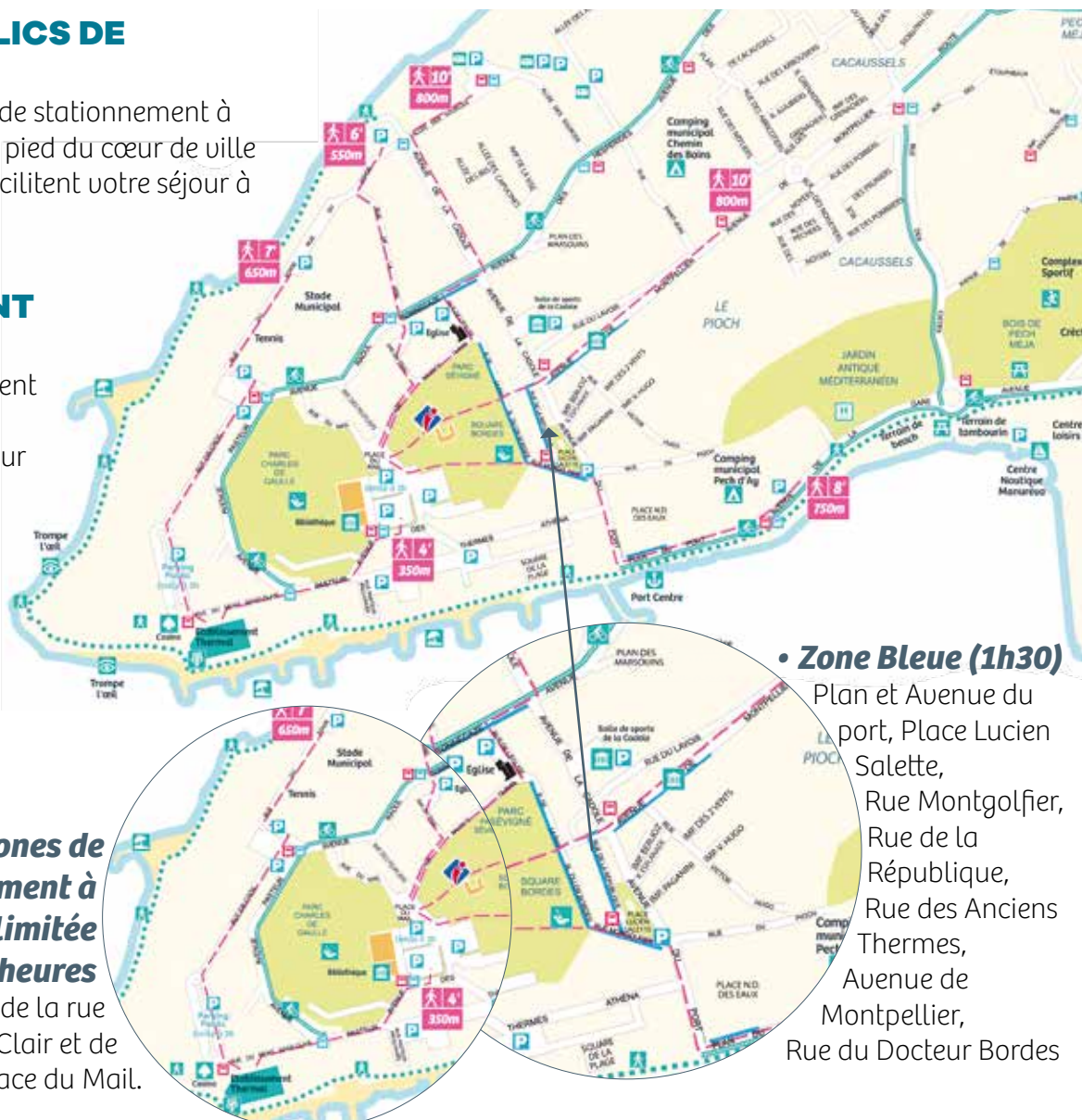
PARKINGS PUBLICS DE PROXIMITÉ

De nombreux espaces de stationnement à moins de 10 minutes à pied du cœur de ville et des thermes vous facilitent votre séjour à Balaruc.

ZONES DE STATIONNEMENT RÉGLEMENTÉ

2 zones de stationnement gratuit réglementé implantées dans le cœur de ville.

Disque de stationnement obligatoire (Vente des disques à l'Office de Tourisme (1€). Tout autre disque réglementaire est également valable).



• Zones de stationnement à durée limitée 3 heures

parking public de la rue du Mont Saint Clair et de la place du Mail.

• Zone Bleue (1h30)

Plan et Avenue du port, Place Lucien Salette, Rue Montgolfier, Rue de la République, Rue des Anciens Thermes, Avenue de Montpellier, Rue du Docteur Bordes



AIRES DE CAMPING-CARS

3 aires d'accueil payantes de 6 places, réservées aux camping-cars :

Allée des Sources

Stationnement réglementé 24 h / 24, 7 jours / 7 et limité à 72 heures.

En dehors de ces zones, sur le quartier des Bains (presqu'île), le stationnement est strictement interdit aux camping-cars.

Comment stationner

en Zone «CAMPING CARS»

Le stationnement dans les zones «Camping cars» est payant (9€ pour une journée).

Le Régisseur aux droits de place se rend sur site, tous les jours en début de matinée.

Il effectue également des contrôles réguliers.

Le tarif donne également droit à un jeton pour :

- 4 minutes 30 d'eau potable

- 55 minutes d'électricité, à la borne de distribution.

Pour de plus longs séjours et un meilleur confort, les camping-caristes pourront séjourner dans un des quatre campings de la station.

Réservation nécessaire et au plus tôt.

LES MARCHÉS DE BALARUC



Marché artisanal

Les 2^{èmes} mercredis de chaque mois, d'avril à novembre dans le square Bordes.

Vide greniers

Tous les mois à partir de mars jusqu'à décembre / parc Charles-de-Gaulle

Marché alimentaire

Venez flâner sur les marchés de plein air. Les jours de marché, amateurs d'étals, de curiosités, de produits frais et de spécialités locales sont invités... à ne pas oublier leurs cabas. Tous les produits locaux sont sur les étals, sous leur plus beau jour. Dans une ambiance colorée, où le verbe haut guide vos pas et les senteurs flattent l'odorat, venez flâner au beau milieu du marché de Balaruc-les-Bains. Les marchés de plein air se déroulent toute l'année, dans le parc Charles de Gaulle. Vous y trouverez, dans une ambiance à nulle autre pareille, produits alimentaires régionaux, fleurs et camelots.

Tous les mardis et vendredis matin.

Nouveauté 2019 Marché gourmand

Trois rendez-vous sont pris au cours de la saison estivale avec les producteurs régionaux, pour découvrir toutes les spécialités locales.

Quartier des Usines.



À VOTRE SERVICE

**Des commerces
pour faciliter
votre séjour**

Garage LDE Auto

GARAGE

Josian à votre service.

Mécanique générale
Automobile
Camping Car



4 rue des Négafols
34540 BALARUC-LES-BAINS

Tél. 09 83 33 34 71

Email : ldeauto@free.fr

Facebook @LDEAUTO

ARTISAN COUTURIER CRÉATEUR

Isabelle Dupéré

06 23 75 19 79

isabelle.dupere@orange.fr

www.isabelle-dupere.com

COUTURE - RETOUCHES - CADEAUX

Comptoir d'Antan

31 rue de la Paix

06 27 63 87 86

DÉPANNAGE INFORMATIQUE ET TÉLÉPHONIQUE À DOMICILE

Doc Thau Pc 34

06 69 55 09 98

docthou34@gmail.com

www.docthoupc34.wix.com/

docthoupc34

DISTRIBUTION DE PUBLICITÉ

Distripub

06 69 48 12 34

valerie.soude@orange.fr

GARAGE AUTOMOBILE

Garage LDE

(voir publicité ci-contre)

4 rue des négafols

09 83 33 34 71 / 06 63 26 89 08

LAVERIE - PRESSING - LOCATION DE LINGE

La Lavandière

Bat A - résidence Les Cèdres

rue de la Paix

04 67 48 77 45 / 06 45 00 13 49

www.lalavandiere-location-
linges.fr

Le Pressing Thermal

40 avenue Raoul Bonnacaze

Le Méditerranée Thermal

04 67 43 33 74

PRESSE-LOTO- CARTERIE

La Maison de La Presse

2 avenue des Thermes Romains

04 67 48 75 62

SANTÉ ET MATÉRIEL MÉDICAL

Wicky médical

Rue de la Paix / Rue Paul

Cauvy

04 67 53 40 33

uwm2@orange.fr

www.lavitrinemedicale.fr

LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ

La liste des médecins thermalistes est consultable dans le Livret «Ma Cure à Balaruc».

Le médecin thermal est l'interlocuteur privilégié de votre cure.

MÉDECINE GÉNÉRALE

Dr ARSAC Pierre

4 rue des Chênes Verts, Quart.
des Usines
04 67 43 34 72

Dr ATTAL Alain

Rés. des Bains, Passage des Bains
04 67 48 92 67 / 06 15 05 95 25

Cabinet Médical des Docteurs GROMOFF SERGE et JENNEPIN SABINE (SCP)

13, Avenue du Port
Tél. cab : 04 67 48 54 00

Dr MILHAUD Brigitte

19 av. Pasteur / Rés. Les Thermes II
Tél./Fax Cab. : 04 67 43 25 63 /
06 08 70 92 37
Dom. : 04 67 18 74 77

Dr NURI Renaud

9, rue des Ecoles
Secrétariat : 04 67 28 05 77 / 06
89 52 30 43

Dr TRELA Francis

19 avenue Pasteur
Tél./Fax Cab. : 04 67 48 51 28 / 06
12 28 63 14
ftrela@yahoo.fr

MASSEURS KINÉSITHÉRAPEUTES

COMBES Olivier

Ostéopathe
14 rue Maurice Clavel
04 67 43 91 23

DUBOIS Florence

30 Rés. des Bains, Passage des
Bains
04 67 43 35 07

DUPUIS Jean-François

Rés. Lou Biau, Bât 8,
11 av. Thermes Athéna
04 67 43 06 28
kinesis@wanadoo.fr

LOUKAKIS Antoine

Rés du Parc, 18 av. Pasteur
04 67 43 26 83

PLAZA Christel

11, Av. des Thermes Athéna – rés.
Lou Biau
04 67 43 06 28
christel.plaza@yahoo.fr

VIEIRA Sandra

Rés. Lou Biau, Bât 8
11 av. Thermes Athéna
04 67 43 06 28
kinesis@wanadoo.fr

INFIRMIÈRES

(D.E. AGRÉÉES S.S.)

AMIÉL Nathalie

1255, route de la Rêche / 14 rue
Maurice Clavel
06 13 59 46 92

BARBAGALLO Monique

300, chemin de la Bergerie
06 89 16 85 86

Centre de Soins Infirmiers

Permanence : tous les jours de
11h30 à 12 h ; Soir : sur rendez-
vous.

Rés. Lou Biau – Bât. 6 – RDC –

Avenue des Thermes Athéna
Tél cabinet : 04 67 48 52 08

BRULANT - VEDEL Martine :

06 86 18 95 49

SIMONCINI Chrystel :

06 10 56 10 16

DESTAND Patricia :

06 25 34 28 82

DUBUC Amandine :

06 61 47 75 96

Infirmières associées

BLONDEL Catherine :

06 77 08 68 91

JUGE Audrey :

06 11 54 63 64

22, Avenue Pasteur

CAYUELA Jérémy / DOUSSET

Jérome

Rés. Les Oliviers / Rue des
Étourneaux

04 67 49 39 56

jimmy34770@gmail.com

FEUILLASSIER - MARTINEZ

Geneviève

Route de Montpellier

04 67 48 48 33 / 06 08 86 02 48

22 avenue Pasteur

MONTES Georges

19 rue des Palombes

04 67 48 32 45

MOURGUES Claude et Corinne

23 rue du Mas d'Angle

04 67 48 78 44 / 06 68 69 25 57

AUSSET Patricia

CORNIER Armelle

22 av. Pasteur – Rés. du Parc

04 67 48 41 01

PESCE Pierre

Square Aqueduc Romain / ZAC
Cacaussel

04 67 53 40 46 / 06 09 09 31 67

CHIRURGIENS DENTISTES

ALONSO / GUILHEM SCM

10 rue de la République

04 67 48 51 29

AYATS OLIVIER Evelyne

1 avenue du Port

04 67 48 63 83

TRIVES Ana-Cristina / DALBORGO Christian / BLANC Jean-Philippe

3 rue des Ecoles

04 67 48 58 53

LABORATOIRE D'ANALYSES DEBIOLOGIE MÉDICALE

BIOMED 34 - GILLES Frédéric

Docteur en pharmacie, biologiste

12 avenue du Port

04 67 48 93 63

Fax : 04 67 48 06 94

laboratoire.gilles@wanadoo.fr

ORTHOPHONISTE

MONTRON Bénédicte

28 bis av de Montpellier

04 67 18 09 67

ORTHOPTISTE

SEESTRE Clothilde

28 bis, Av. de Montpellier

04 99 02 50 74

orthoptiste34@yahoo.fr

PÉDICURES - PODOLOGUES

BAUDON Charles

RIVIÈRE Christian

RIVIÈRE Hugues

Rés. Lou Biau, Bât 7,

13 bis av Thermes Athéna

04 67 48 94 60 / 06 68 07 68 51

HERRADA Axel

18 Av. Pasteur / Rés. du Parc

04 34 45 56 24 / 06 13 60 57 42

MOURGUES Benjamin

40, av. Raoul Bonnecage

rés. Le Méditerranée Thermal

06 89 58 65 71

NOUGUIER - JAURES Elisabeth

Réflexologie plantaire

Rés. l'Ephèbe / Imp du Parc

04 67 48 83 63

elisabethnouguier@gmail.com

PHARMACIES DIRAND

13 rue des Ecoles, Quart. des
Usines

04 67 48 57 57

Fax : 04 67 43 15 25

PHARMACIE DES THERMES

(GROS)

17, avenue du Port

04 67 48 50 03

Fax : 04 67 48 50 88

pharmaciegrosbalaruc@gmail.
com

RICCIARDI

Rés. Le Sphinx, 40 rue Maurice

Clavel

04 67 48 73 86

Fax : 04 67 43 34 91

PSYCHO THÉRAPEUTE

ARSAC - JOUBERT MariePierre

Psychothérapie pour enfants,
adolescents et adultes.

Hypnothérapeute

4 rue des Chênes Verts

04 67 48 75 43 / 06 34 77 49 25

PSYCHOLOGUE CLINICIEN

DUMAS - CONGRAS Sandrine

300, Chemin de la Bergerie

06 75 96 75 49

MAISONS DE REPOS - CONVALESCENCE - RETRAITE

PLEIN SOLEIL

Soins de suite polyvalents

23 Av de la Cadole

04 67 51 70 51

Fax : 04 67 43 66 12

LE GRAND CHAI

Maison de retraite

13/15, Avenue des Bains

34540 Balaruc-le-Vieux

04 99 02 21 10

AMBULANCE

AMBULANCE BALARUC

ASSISTANCE

4 rue des

Négafols / ZAE 04 67 48 61

73 /

VÉTÉINAIRE

STROOT Christiane

Rond-Point de la Gare / route
de Sète

04 67 36 01 15

Fax : 04 67 36 18 62

JOLAND / ICHIM/ THIBON

Clinique vétérinaire

57 rue Marcel Pagnol

Balaruc-le-Vieux

04 67 18 82 82

Fax : 04 67 18 70 81

clinic.ueto.balaruc@

wanadoo.fr

RESTEZ CONNECTÉ À BALARUC



WIIZONE en cœur de ville

Le wifi en cœur de ville (Parc Sévigné, Promenade des Bains, Parc Charles-de-Gaulle, Centre Nautique).

Connexion gratuite en centre-ville, pendant 15' par jour, puis payant (CB ou paypal).

Forfaits de 2 heures à 1 mois. :

2h	24h	1 semaine	3 semaines	1 mois
2 €	6 €	13 €	25 €	30 €

Accès gratuit aux informations touristiques de notre territoire (Office de Tourisme / Thermes / Thermalium / O'balia ...). Forfaits valables dans tous les lieux et sites équipés par WiiZone.

De chez vous toute l'année

Gardez le contact avec Balaruc

 : @BalarucTourisme

 : @balaruc_tourisme

 : @BalarucLesBains

La webcam pour admirer le point de vue

Avec cette webcam qui filme en permanence le bassin de Thau, Balaruc Tourisme vous offre la possibilité d'avoir cette vue panoramique sur Balaruc et sa lagune, de chez vous, toute l'année !
www.balaruc-les-bains.com

PROPRETÉ DANS LA VILLE

• Toilettes publiques

Parc Sévigné, Parc Charles-de-Gaulle, Promenade des Bains, Espace Sportif du Petit Bois, rue du Stade

• Sacs à déjections canines

Des distributeurs sont installés sur les candélabres d'éclairage public du centre-ville de Balaruc-les-Bains, ainsi qu'à l'Office de Tourisme.



• Canisettes

Square Bordes, Parc Charles-de-Gaulle.



NUMÉROS D'URGENCE

• **Pompiers Urgence :**
18 (depuis un poste fixe)
112 (depuis un portable)

• **SAMU – Centre :**
15

• **Centre anti-poisons**
Tél. : 04 91 75 25 25

• **Centre Hospitalier du bassin de Thau (Sète)**
Tél. : 04 67 46 57 57

• **Polyclinique Sainte Thérèse (Sète)**
Tél. : 04 67 46 36 00

• **Médecins de garde :
Maison médicale de Sète
et du bassin de Thau
gardes médicales aux
horaires suivants :**

> semaine : de 20 h à 24 h

> samedi : de 14 h à 24 h

> dimanche et jours fériés :
8 h à 24 h.

Centre Hospitalier de
Sète et du bassin de Thau
Boulevard Camille Blanc
- Sète.

Tél. : 04 67 46 55 86

NUMÉROS UTILES

• **Police Municipale**
(objets trouvés)

Hôtel de Ville

Tél. 04 67 46 81 00

Horaires d'ouverture de
l'Hôtel de Ville (avenue de
Montpellier) :

du lundi au vendredi :
8h30 à 12h et 13h30 à
17h30.

• **Gendarmerie**

Route de Montpellier /
Balaruc-les-Bains

Tél. : 04 67 78 72 66

ou le 17

(112 pour téléphone
portable)

bta.balaruc-les-bains@
gendarmerie.interieur.
gouv.fr

• **Compagnie Générale
des Eaux**

Tél. : 0 811 900 500

• **EDF - GDF**

Tél. : 0 800 123 333

ÉTABLISSEMENTS BANCAIRES

(distributeurs
automatiques)

• **BNP Paribas**

Avenue de Montpellier

Tél. : 0 802 35 64 10

Fax : 04 67 80 72 25

• **Caisse d'Épargne**

Languedoc Roussillon

Plan de la Gare / Route de

Sète

Tél. : 0821 01 51 52

Fax : 04 67 48 06 54

• **Crédit Agricole du Midi**

3 bis av. des Thermes

Romains

Tél. : 04 67 17 55 91

Fax : 04 67 80 75 70

• **Banque Postale**

Avenue du Port

Tél. : 04 67 18 43 30 ou 3639

Horaires d'ouverture de La

Poste :

le lundi : 9h à 12h et 14h30
à 17h

du mardi au vendredi :

9h à 12h et 14h à 17h

le samedi : 9h à 11h30.

FRÉQUENCES

RADIOS FM

RADIOS ÉMETTANT DEPUIS
LA RÉGION DE BALARUC

• **R.T.S. FM** : 106,5

• **NRJ** : 106,1

• **Radio One** : 103

• **RFM** : 94,5

• **SKYROCK** : 100,2

RADIOS COUVRANT

LA ZONE DE

BALARUC-LES-BAINS

• **Radio Auvia** : 88,0

• **Chérie FM** : 95,4

• **Radio Clapas** : 93,5

• **Radio Classique** : 107,3

• **Europe 1** : 87,7

• **Europe 2** : 95,8

• **France Culture** : 97,8

• **France Bleu Hérault** :

102

• **France Info** : 105,4

• **France Inter** : 89,4

• **France Musique** :

92,9 ; 102,7

• **Fun Radio** : 91,8

• **RMC** : 104,5

• **Radio Nova** : 92,4

• **RCF Maguelone**

Hérault : 98,5

• **Nostalgie** : 100,7

• **Rire et Chansons** : 89,9

• **RTL** : 106,8

• **RTL 2** : 96,1

• **Sud Radio** : 104,9

Découvrez
toutes les richesses de
Balaruc-les-Bains
dans nos brochures



Liuret du curiste « Ma cure »



SPA Thermal O'balia



Balaruc-les-Bains
Cosmétique



Guide Hébergement



Agenda Culturel & Loisirs



Centre nautique
Manuréva



Guide Association des
Commerçants et Artisans



Liuret Comité des Fêtes



Magazine de Destination
« Archipel de Thau »



Réseau de bus – Horaires



Guide Accessibilité



BALARUC TOURISME

(Office de Tourisme)

Pavillon Séuigné

34540 BALARUC-LES-BAINS

TEL. 33 (0)4 67 46 81 46

FAX 33 (0)4 67 46 81 54

www.balaruc-les-bains.com

contact@balaruc-les-bains.com

