

# Bien-être : le watsu, un soin pratiqué en plein air dans les bains pyrénéens de Saint-Thomas

Les bains de Saint-Thomas à Fontpédrouse (Pyrénées-Orientales) proposent des séances de relaxation dans l'eau chaude thermale. Une rareté dans la chaîne des Pyrénées et un moment de bien être à découvrir.



Fontpédrouse (Pyrénées-Orientales). Sylvie Laurenson (photo) et Sarah Caranchini proposent des séances de relaxation watsu dans les réputés bains chauds en plein air de Saint-homas. LP/Christian Goutorbe



Par [Christian Goutorbe](#)

Le 23 février 2023 à 12h54



0

La station thermale de Saint-Thomas à Fontpédrouse (Pyrénées-Orientales), à 40 minutes de Font-Romeu et à 50 minutes de Perpignan, n'existe plus. Dans les années 1970, faute de curistes, l'établissement thermal a fermé ses portes dans sa version originelle. Mais il a été remplacé [par un établissement de bains d'eau chaude](#) qui fait le bonheur

aux quatre saisons des skieurs, des randonneurs et des hédonistes qui passent et repassent par cette bien bonne balnéo-destination.

---

**À lire aussi** Dans les Pyrénées-Orientales, les Bains de Dorres et de Saint Thomas résistent à l'inflation

---

Les prix y sont doux, pour cause de gestion municipale, et l'eau chaude et thermale, stabilisée à 35°, est chargée en oligoéléments, riche en fluor, excellente pour la peau notamment. Saint-Thomas propose trois bassins extérieurs et un espace de bien-être remis à neuf avec séances de massage sur rendez-vous.

## Bercements et massage dans une eau chaude

Surtout, cet établissement atypique propose des séances de watsu, autrement dit le shiatsu, technique japonaise de relaxation, pratiquée dans l'eau. Ici, c'est celle, thermale et bienveillante, du grand bassin de Saint-Thomas.

Cette originalité, on la doit à la présence sur place de Sylvie Laurenson et de Sarah Caranchini, deux praticiennes expérimentées, agréées et référencées sur le site de watsu France. Une séance de watsu promet un état de bien-être et de profonde relaxation, à partir de bercements et de massage dans une eau chaude. Cette transposition aquatique des principes du shiatsu a été mise en évidence au début des années 1980 en Californie.

A Saint-Thomas, le pratiquant est allongé dans l'eau sur le dos, semi-immergé, les yeux fermés, soutenu à la fois par la praticienne et par de petits flotteurs. Les séances durent entre 45 minutes et une heure.

---

### Newsletter L'essentiel du matin

Un tour de l'actualité pour commencer la journée



[S'inscrire à la newsletter](#)

[Toutes les newsletters](#)

*Bains de Saint-Thomas à Fontpédrouse. Aygue Calente. [www.bains-saint-thomas.fr](http://www.bains-saint-thomas.fr), 04.68.97.03.13. En vacances scolaires de 10h00 à 20h40. (10h00-19h40 le reste du temps) Tarifs des bains : 8 euros (6,50 euros pour les moins de 11 ans). Espace bien-être : 17 euros. Séances watsu et massages en supplément et exclusivement sur rendez-vous.*