

spa.

BEAUTE



Spa Cice Blossac. Photo Francis Vainian

LE MAGAZINE DES DÉCIDEURS
spa | beauté | bien-être | santé

N°16 | MAI 2017 | 8€

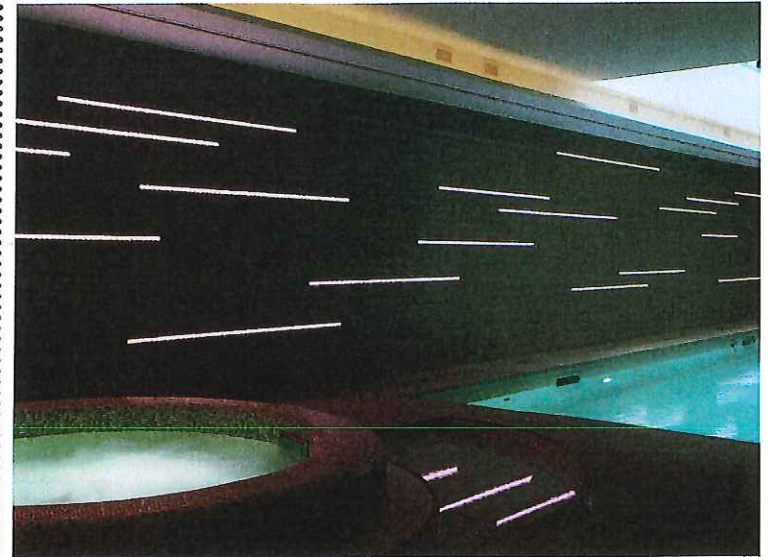
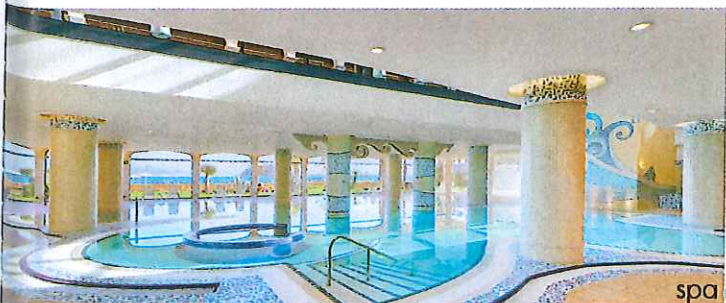


LE SPA BAHIA VITAL AUX CANARIES

Les Canaries sont une destination idéale pour une escapade au soleil à tout moment.



L'île de Fuerteventura invite particulièrement au dépaysement. Surnommée l'île rouge en raison de ses terres arides et de ses majestueux paysages volcaniques, Fuerteventura affiche 150 km de plages paradisiaques bordées d'eaux cristallines. C'est dans un des sites les plus spectaculaires de l'île, à proximité du Parc naturel des dunes de Corralejo, que se dresse le Gran Hotel Atlantis Bahia Real. Face à l'océan et à un superbe panorama sur les îles de Lobos et de Lanzarote, c'est le seul 5 étoiles Grand Luxe de Fuerteventura, régulièrement distingué au niveau international. Cet hôtel de 170 chambres et 12 suites, à l'architecture d'inspiration néo-mauresque et coloniale, est blotti au cœur d'un magnifique parc tropical de 19 hectares. Une véritable oasis de calme et de sérénité à peine perturbée par le chant des oiseaux exotiques. Côté relaxation, l'hôtel offre un Spa Bahia Vital de 3 000 m² avec grande piscine donnant sur la mer et un vaste circuit de bien-être incluant entre autres jets sous pression, lits aquatiques de massage, sièges à hydrojets, cous de cygne, Jacuzzi, baignoires à hydro-massage, douches à sensations, bains pour les pieds et sources de glace. Un sauna finlandais avec chromothérapie, un sanarium avec des sons de la nature, un cône de sudation et un grand hammam complètent les lieux.



UN NOUVEAU SPA URBAIN À RENNES

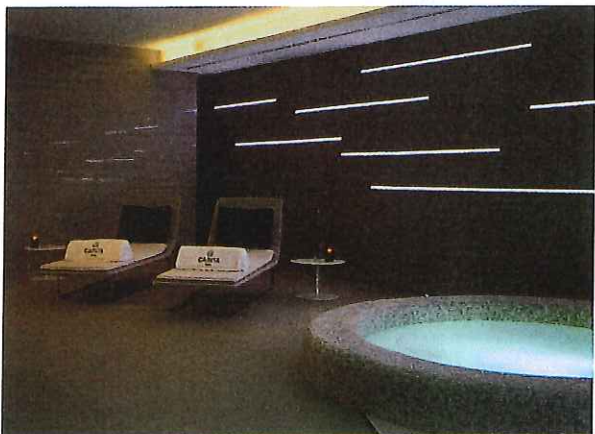
Le spa urbain de l'Hôtel Le Saint Antoine à Rennes vient d'ouvrir son Spa Carita.

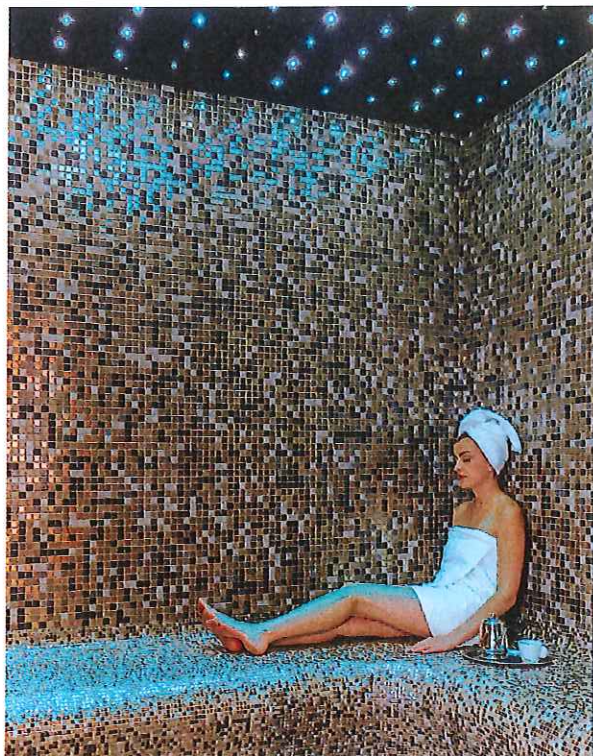
Il a été conçu pour faire oublier à ses clients le tumulte de la vie extérieure. La verrière installée au-dessus du bassin à contre-courant filtre et illumine les pierres noires de l'espace bien-être tout en dévoilant le mur végétal du lobby et le ciel rennais. L'espace bien-être dispose d'un Jacuzzi, d'un hammam avec ciel étoilé, d'une salle de fitness, d'un coin tisanderie.

Hôtel & Spa Le Saint Antoine,

27 av. Janvier, 35000 Rennes.

Tél. 02 23 44 33 33. www.saint-antoine-hotellerie.fr





BIEN-ÊTRE À SAINT-MALO

Les clients vont se laisser charmer par Inside Spa au sein du Grand Hôtel de Courtoisville de Saint Malo aux bienfaits marins iodés.

À deux pas de la grande plage du sillon et de la majestueuse cité corsaire, le nouveau spa avec salons de massage et hammam invite ses clients à venir se relaxer et écouter leur corps grâce aux soins énergétiques des différents modelages traditionnels du monde.

- Émeraude Spa, soin global visage et corps, véritable source de sensations uniques, est une parenthèse d'évasion et de bien-être, 1h30 - 130 €.
- Pluie Celtique réunit un bain vapeur, un modelage du dos et un soin du visage by Phytocéane, 1h45 - 129 €.

Les + : Jacuzzi extérieur au cœur d'un petit jardin intimiste, piscine couverte et chauffée avec jets hydro-massants et fauteuil de relaxation.

Grand Hôtel de Courtoisville, 9 rue Michelet, 69 bd Hébert, 35400 Saint-Malo.

Tél. 02 99 40 83 83.

www.hotel-saint-malo-courtoisville.com



LES ASTUCES DÉTOX DE DEEP NATURE

Deep Nature propose 4 astuces détox du corps et de l'esprit pour être la meilleure version de soi-même avec, au programme, des moments pour soi, une énergie retrouvée et un moral au beau fixe.

RÊVER

Le répéter n'est pas un luxe. Il faut réapprendre doucement aux clients à rêver... au projet qu'ils ont toujours voulu construire, au sport qu'ils ont hésité à pratiquer, à ce nouveau voyage qu'ils n'ont toujours pas fait ! Deep Nature leur propose de s'évader au bord de la mer, à Houlgate, et de succomber à l'Escale Détox, comprenant un bain hydro-massant, un soin marin détoxifiant et un accès spa, pour rêver pour de bon.

FAIRE UNE VRAIE PAUSE

Les clients essaient souvent de s'en convaincre mais s'accorder un moment pour soi n'est pas chose facile. Accaparés par le rythme de leur journée, se recentrer sur soi, en s'éloignant des distractions, est un art souvent mésestimé. Pratiquer la méditation et les massages sont des moments plus que bénéfiques pour leur corps et leur esprit. Deep Nature leur propose de suspendre le temps avec sa Cure Travel Détox aux Houches qui, avec son gommage corporel, son soin du visage et son massage des jambes, favorise la détente et la récupération. Énergie garantie !

AIMER SON CORPS

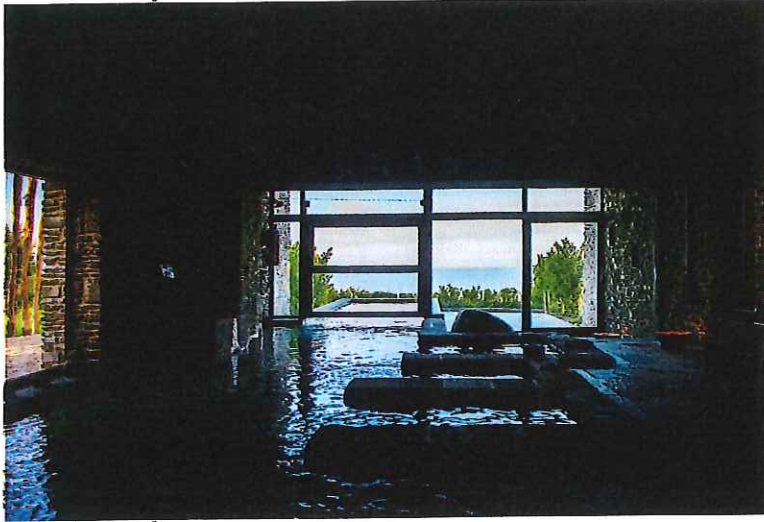
Deep Nature propose à ses clients de se lancer un nouveau défi : s'aimer pour de bon ! Ils apprennent, chaque jour, à écouter leur corps, à comprendre ce qui lui fait du bien. Ils retrouvent une meilleure qualité de sommeil et une énergie insoupçonnée. Pour aider leur corps à se débarrasser des toxines et lui redonner son énergie, Deep Nature leur propose d'essayer son Soin Détoxifiant aux algues dans le somptueux Spa Sofit de Lyon.

ÊTRE POSITIF AU SAUT DU LIT

Chaque jour est une occasion de faire mieux que la veille ! Croquer la vie à pleine dent, dépasser ses propres limites et surtout rester positif : c'est ce que suggère Deep Nature, qui conseille également à ses clients de noter cinq choses qui les ont rendus heureux ou les ont fait sourire. Ça fonctionne ! Pour avoir la Positive Attitude dès le réveil, le Soin Marin Détoxifiant à l'Hôtel Saint-James & Albany de Paris, grâce à ses délicates notes iodées, sublime les sens de ses clients.

DÉCONNEXION PRÈS DU MONT SAINT MICHEL

Les Maisons de Bricourt à Saint Méloir des Ondes dévoilent leurs kleds (abri du vent breton).



séance de réflexologie plantaire est proposée. Pour reprendre pied, le Soin Estran est adapté sur-mesure. Assurément, tous les sens sont en éveil !

Les Maisons de Bricourt, La Ferme du Vent,
35350 Saint-Méloir-des-Ondes. Tél. 02 99 89 64 76.
www.maisons-de-bricourt.com

34

Ce sont 5 anciennes longères, réhabilitées en granit, bois, fer et chaux de toute beauté. Aménagés avec salon, chambre, salle d'eau, cuisine et une grande baie vitrée, les kleds font face au Mont Saint Michel, à la baie, à l'infini... En pleine nature, la magie opère. Pas de wifi ni de télé, le spectacle est devant les clients ! Pour un moment de quiétude hors pair, les bains celtiques les invitent à se délasser dans un bassin taillé dans le granit et une eau chauffée à 30°, avec remous et contre-courant, où se mêlent des senteurs marines et épicées. L'horizon s'offre à eux, et ils nagent à l'extérieur, le nez pointé vers le Mont Saint Michel. Pour compléter le paroxysme du bien-être, une



LE RITUEL BE SLIM À LA RÉSERVE

Le spa de La Réserve Paris, entre l'avenue Montaigne et la rue du Faubourg Saint-Honoré, offre un écrin de sérénité et de douceur.

Une piscine intérieure de 16 m, chauffée à 30°C, un hammam, un espace fitness et des salons de soins pour une intimité précieuse, composent ce havre de paix confidentiel. Côté remise en forme, le choix est varié : préparation

physique, cours de yoga et de Pilates, coaching sportif sur-mesure, indoor ou outdoor.

Ici, le temps semble suspendu, le tourbillon de la vie quotidienne se décide enfin à ralentir. Il faut souffler, respirer, oublier le stress, la fatigue...

La Réserve Paris présente son Rituel Be Slim qui comprend :

- un coaching sportif privé sur-mesure (fitness, aquagym, natation) 1h15,
- une séance de hammam pour une parfaite détente musculaire,
- un massage profond anti-cellulite 1h30,
- l'accès à la piscine,
- un petit déjeuner bien-être végétalien.

4h, 400 €.



TRAINING AQUATIQUE À BIARRITZ

L'Hôtel du Palais propose deux offres inédites regroupant bien-être et remise en forme en vue des Mondiaux qui se tiendront du 21 au 26 mai à Biarritz.

Le forfait Surfing Break, alliant relaxation et vitalité, est réservé aux surfeurs et amateurs de ce sport et comprend 2 nuits, les petits déjeuners, un massage «spécial surfeur» de 50 minutes, un cours de surf ou un coaching spa, ainsi que la pratique du paddle en mer ou en piscine ou encore un coaching au Spa Impérial. Autre nouveauté mise en place par les maîtres nageurs du spa, l'Aqua Cardio Training Fitness Spa Impérial utilisant des appareils Cardi'Eau en totale immersion dans l'eau... Un combo gagnant pour sublimer son corps avant l'été et passer un séjour revitalisant !

Le nouveau forfait Surfing Break comprend un cours de surf encadré par un professionnel ou un coaching personnalisé au Spa Impérial grâce au Gyrotonic (méthode innovante unique en France pour muscler et détendre le corps sur l'ingénieuse Pulley Tower), une balade en mer en stand-up paddle ou un cours en piscine afin d'apprendre à glisser sur les vagues et à maîtriser son équilibre debout sur une planche avec force et délicatesse. Un soin de 50 minutes est également proposé pour détendre les muscles les plus sollicités (jambes, dos, pieds, épaules). Un break aux allures royales !

LE CONCEPT CARDI'EAU

L'Hôtel du Palais sublime son offre bien-être et présente le Cardi'Eau Fitness Impérial, un nouveau concept de training aquatique à l'aide de machines immergées dans la piscine permettant au corps de se raffermir, se tonifier et se sculpter. Le phénomène facilite la circulation sanguine et le rendement cardio-vasculaire. Animée par un coach, la séance de 50 minutes est riche de conseils spécialisés sous forme d'ateliers. Cinq appareils sont à disposition : le Poolski (vélo elliptique), l'Aquabike Pro Triathlète (vélo) et l'Aquarun (tapis roulant) pour le renforcement musculaire, le cardio et la coordination, l'Aquajump (trampoline) pour le gainage et la proprioception (perception consciente ou inconsciente de la position des différentes parties du corps), et l'Aquapop (bâton flottant) pour les assouplissements. Idéal pour un corps de rêve avant l'été !

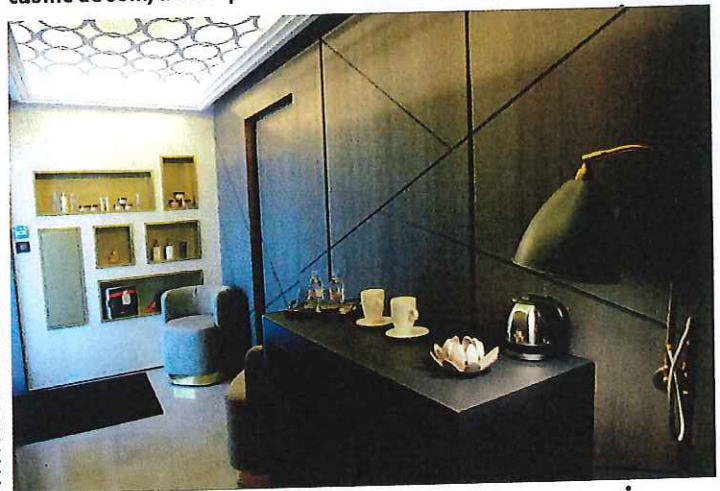
LE SPA IMPÉRIAL

Jouissant d'une vue imprenable sur l'Océan Atlantique, le Spa Impérial se définit comme le temple du bien-être et de la beauté. Ce havre de sérénité entièrement voué à la relaxation et à l'éveil des sens comprend huit salles de soins en partenariat avec Guerlain, une piscine intérieure de 15 mètres avec nage à contre-courant, un

Jacuzzi, deux hammams, un sauna, un institut du cheveu et une salle de fitness avec des équipements cardio à la pointe de la technologie répartis sur 3 000 m² et cinq étages ! Élu Meilleur Spa d'Europe & de Méditerranée, le Spa Impérial a reçu la Charte Qualité Spa-A, répondant à 50 critères concernant le service, les compétences et formation du personnel, l'hygiène et les infrastructures.

THÉMAÉ AU CASTELBRAC

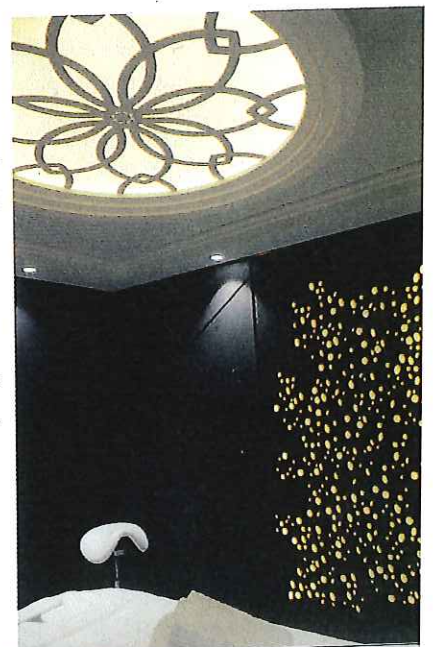
L'Hôtel Castelbrac*****, à Dinard, véritable cocon, dédié au ressourcement du corps et de l'esprit, dispose d'une grande cabine de soin, d'un espace accueil et d'un hammam.



Les soins Thémaé, proposés à partir du «Complexe des 4 Thés» mêlant thé vert anti-oxydant, thé blanc régénérant, rooibos dit thé rouge apaisant et thé noir stimulant –avec une eau de source très pure, sont de vrais trésors pour la peau. De la pause En Appar'thé (soin sur-mesure de 45 mn suivi d'un thé gourmand – 80 €/pers.) à la formule Somptuosi'thé

(un soin cérémonie du hammam, moment à partager à deux pendant 90 mn, suivi d'un sunset cocktail à bord de la vedette privée Fou de Bassan – 220 €/2 pers.)... Tout est pensé, ici, pour que les clients vivent un moment d'exception !

Les + : hôtel 5* face à la mer, restaurant gastronomique, couloir de nage en plein air face à Saint-Malo. **Castelbrac, 17 av. George V, 35800 Dinard. Tél. 02 99 80 30 00. www.castelbrac.com**



L'APPROCHE HOLISTIQUE DE FOUR SEASONS

Les offres Four Seasons sont conçues pour aider les clients à atteindre un équilibre et un bien-être global. Les offres Lifestyle et Wellness de certains spas Four Seasons incluent des nouveautés telles que :

LE MASSAGE À HUIT MAINS DU FOUR SEASONS MAURICE À ANAHITA

L'un des seuls massages à huit mains dans le monde, le traitement Let it Go au Four Seasons Resort Maurice à Anahita propose un soin sensoriel synchronisé avec quatre thérapeutes, donnant aux anciennes techniques de massage ayurvédiques à quatre mains une nouvelle dimension. Grâce aux mouvements fluides et harmonieux des thérapeutes, le traitement aide les clients à atteindre l'équilibre intérieur et la relaxation de l'esprit.

LA THÉRAPIE DE BIOMÉDITATION AU FOUR SEASONS DE LOS ANGELES À BEVERLEY HILLS

Une pratique curative novatrice originaire de Russie, la méditation bio-énergétique est conçue pour éliminer les blocages énergétiques et pour permettre au corps de reconnaître les déséquilibres et de se régénérer au plus profond de soi. La thérapie est connue pour naturellement activer l'auto-guérison et renforcer le système immunitaire, le système nerveux et le métabolisme.

LES BOLS DE CRISTAL CHANTANTS AU FOUR SEASONS DU NAM HAI, HOI AN, AU VIETNAM

Inspiré par le maître vietnamien Trich Nhat Hanh et niché au-dessus d'un étang de lotus, le Spa The Heart of the Earth de l'hôtel est conçu pour aider les clients à s'harmoniser avec les rythmes de la nature. Tous les soins sont accompagnés par le son des bols de cristal chantants, qui s'accordent aux composantes harmoniques de la nature, afin que le corps et l'esprit s'harmonisent avec les battements de cœur de la terre.

WELLNESS SUR-MESURE AU FOUR SEASONS MAUI À WAILEA

Prenant en compte le fait qu'il n'y a pas qu'une seule voie vers le bien-être, le spa du Four Seasons Maui propose des programmes entièrement personnalisés, conçus individuellement pour le bien-être unique de chaque hôte. Le choix va d'une gamme complète de cours de fitness, à la méditation guidée, et des consultations avec un nutritionniste, un chiropracteur et un acupuncteur.



LES SOINS AU DOMAINE DE CICÉ BLOSSAC

Au cœur de la nature, à moins d'une demi-heure du centre-ville de Rennes, le Domaine de Cicé-Blossac, avec hôtel 4 étoiles et golf 18 trous, mise sur le bien-être.

Entièrement réaménagé, le nouvel espace convie ses clients à une totale immersion dans ses 600 m² comprenant 5 suites de soins, un bassin sensoriel panoramique doté d'un couloir de nage à contre-courant, de jets de massage, de transats de relaxation bouillonnants et d'un col-de-cygne. Le tout aménagé sur pilotis faisant face à un écrin de verdure. Hammam, sauna et bains aromatiques invitent à la détente. Les + : hammam privatif et sa brume rafraîchissante – Soins corps et visage de ses partenaires Cinq Mondes et Thémaé – Salle de fitness avec vue sur golf – Studio de pilates et yoga – Salle de méditation – Spa bar et paniers lunch «Healthy».

Domaine de Cicé-Blossac, avenue de la Chaise, 35170 Bruz. Tél. 02 99 52 77 78. www.domainedecice.com



La Baule. Autrefois appelée Thalasso Pajot, elle fut créée en 1972



- Se détendre dans la salle de repos à l'esprit scandinave ou encore s'oxygéner, flâner sur la terrasse face à l'océan.
- Buller dans le bassin d'eau de mer chauffée, dans le hammam à l'eucalyptus avec ciel de fibres optiques et ambiance musicale ou encore dans l'un des deux Jacuzzis dont un en extérieur donnant sur un espace paysager très zen.
- Bouger : marche tonique sur la plage de La Baule, aqua-training, aquagym, aquabike, renforcement musculaire, Pilates...

Thalasso Rivage, 28 bd de l'Océan, 44500 La Baule.
Tél. 02 40 23 10 20. www.thalasso-rivage.com

PAUSE BIEN-ÊTRE À DINARD

Le Novotel Thalassa Dinard sea & spa de Dinard a des allures de luxueux paquebot posé sur la mer à 180°.

La décoration, alliant la pureté du blanc, le bleu de la mer, les tons sable et la noblesse du bois, contribue au confort des espaces et des chambres orientées au choix sur le soleil levant ou couchant. De nouveaux programmes de soins baptisés les Instants ont été créés pour prolonger le bien-être durant le séjour. Thalassa Dinard invite à conjuguer santé, forme et beauté. Accès à l'espace forme (saunas, hammam, salle de cardio-training, piscine d'eau de mer chauffée à 29°C). Parcours marin avec vue mer.

NOUVEAUTÉ : LA CRYO

Soin réalisé dans une cabine individuelle où le corps entier est exposé à un froid sec de -120 à -195° pendant 3 minutes. Les effets portent sur la diminution des douleurs et des inflammations, sur la récupération après fractures ou efforts et sur les troubles du sommeil.

Novotel Thalassa Dinard Sea & Spa**,**

1 av. du Château Hébert, 35800 Dinard.

Tél. 02 99 16 78 10. www.novoteldinard.com

BILAN AVEC L'OLIGOSCAN

Nouveauté 2017 au Miramar La Cigale au Port Crouesty, l'Oligoscan est un outil d'évaluation de certains micronutriments, basé sur la spectrophotométrie de la main, non invasive, sans prise de sang, par photométrie.

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

La diététicienne nutritionniste pose l'Oligoscan sur la paume de la main du client à 4 endroits et... voilà ! Doté des dernières technologies en date, l'analyse est rapide, non invasive et indolore. Ensuite, le système fournit le bilan du test.

POURQUOI FAIRE UN OLIGOSCAN ?

L'appareil permet de faire un bilan complet pour optimiser l'alimentation du client en fonction de ses besoins en minéraux et oligo-éléments.

Cette technologie permet d'analyser :

- les minéraux et oligo-éléments : carences et excès,
- les métaux lourds : évaluation des métaux lourds dans le corps,
- le stress oxydatif : responsable du vieillissement prématuré et de nombreuses autres pathologies.

À la fin du test, les résultats complets sont fournis.

L'outil permet en quelques secondes d'évaluer la présence de métaux lourds et d'oligo-éléments dans le corps.