

Quelle BEAUTÉ!



3 spas pour prendre soin de soi

ÉVIAN-LES-BAINS AUX SOURCES DU BIEN-ÊTRE

Depuis près de cent ans, le Royal Évian Resort contemple le lac Léman. Une bulle hors du temps, où l'on profite des bienfaits de l'eau de source. Souverain! Comme un clin d'œil au roi Édouard VII, à qui était dédiée une suite. Dans cette noble ambiance, le spa grand luxe n'attend que moi. On y accède grâce à un ascenseur spécial, qui mène directement de la chambre au spa, en peignoir. Un univers en soi conçu sur trois niveaux avec ses 30 cabines, des soins visage signés Anne Semonin et La Prairie et deux piscines intérieure et extérieure pour un parcours hydro-contact intérieur-extérieur à 34 °C, entre bouillonnements et relâchements. Rendez-vous est pris pour un massage énergétique du ventre, inspiré d'une technique pratiquée autrefois par les moines chinois, alternant force et douceur. J'enchaîne par un massage Évian Origine, des mouvements doux et rythmés destinés à opérer un rééquilibrage global et à libérer les tensions accumulées. Une façon de préparer mon corps à un renouveau bienfaiteur. Tout en douceur, on vous dit.

Hôtel Royal Évian Resort,
rive sud du Lac de Genève,
74501 Évian-Les-Bains.
Tél. : 04 50 96 85 00.

Pomme d'amour

« One apple a day keeps the doctor away » (une pomme par jour éloigne le médecin) : ça n'a jamais été aussi vrai! On croque la pomme avec délice, mais pourquoi ne pas l'utiliser aussi comme un instrument de massage? C'est la juteuse idée de **La Ferme Saint-Siméon**, à Honfleur, un Relais & Châteaux normand aux allures de maison de Blanche-Neige, version 4 étoiles! Dans leur spa douillet, les soins **Tout Pomme** déclinent les vertus antioxydantes du fruit pour nous offrir une **cure de jeunesse**. Notre chouchou: le soin **Paume de Pomme**. Pendant 1 h 15, on sent son corps renaître sous les pressions circulaires et énergiques d'une solide granny-smith qui réactive la microcirculation des tissus. Les toxines s'éliminent, les fluides se réveillent, l'organisme se gorge de vitamines A, B et C, et nous, on se découvre belle et rajeunie comme une pomme d'api!
Hôtel Ferme Saint-Siméon réservations au 02 31 81 78 00.

