

COMMUNIQUÉ

# Destination Grand Ouest

## **Culture**

Des châteaux à re-découvrir

## **Loisirs**

Des séjours toniques, sportifs, gastronomiques...

## **Immobilier**

Des trésors encore méconnus

© F. Zimmermann / Fotobla.com

DESTINATION GRAND OUEST • GUIDE

COMMUNIQUÉ

## En forme et... en douceur

L'effet dynamisant ou relaxant d'un séjour thalasso ou balnéo n'est plus à démontrer : voici quelques idées et nouveautés pour évaluer le stress, retrouver du tonus et, surtout, profiter de soi !



Le centre de thalasso des Sables-d'Olonne

### TONIQUE ATTITUDE SABLES-D'OLONNE (VENDÉE)

Entre dunes et forêt de pins, le centre de thalassothérapie des Sables-d'Olonne propose quelques petits massages innovants et très « tendance » : palper-rouler aux huiles essentielles sous affusion d'eau, massage « wave » qui reprend le mouvement de la mer... À tester au cours d'un forfait tonique de 2 jours/2 nuits (à partir de

316 euros/personne avec 6 soins en demi-pension) ou, plus tonique encore, de 3 jours/3 nuits et 9 soins (à partir de 474 euros par personne). Ce forfait s'adapte aussi aux deux autres forfaits « Temps Denses » Zén et Beauté.

Renseignements : [www.accorthalassa.com](http://www.accorthalassa.com)

### BIEN-ÊTRE EN NORMANDIE (CALVADOS)

À Cricqueboeuf, entre Deauville et Honfleur, le Manoir de la Poterie (3 étoiles) s'est doté d'un espace spa joliment baptisé « Thermes » avec piscine intérieure, sauna, jacuzzi, jets streams, banquette balnéo et tisanderie. Ni thérapeutiques, ni médicalisés, les massages proposés dans le spa offrent juste un supplément de bien-être : massage à l'élixir de bougie, soin spa à la rose, modelage au baume essentiel pour apaiser les tensions... Forfait d'un jour/une nuit en chambre double avec petit-déjeuner et dîner



Les « Thermes » du Manoir de la Poterie, en Normandie.

gourmand, un soin de 45 minutes et l'accès libre à l'espace spa « les Thermes » : 358 euros pour deux personnes.

Renseignements : Tél. 0231881040 et [www.chateaux-manoirs.fr](http://www.chateaux-manoirs.fr)



### ANTI-STRESS PRÈS D'ORLÉANS (LOIRET)

La balnéothérapie permet, même loin de la mer, de bénéficier de nombreux bienfaits de l'eau. À 1 h 30 de Paris et 12 kilomètres d'Orléans, le domaine de Limère qui regroupe un golf 18 trous, un hôtel 3 étoiles et un centre balnéo l'a bien compris.

Ses « Balnéades » font les yeux doux aux urbains en mal de douceur : bassin de relaxation et parcours aquatique, fitness et coin détente avec hammam, sauna et toute une panoplie de soins et de produits adaptés au stress... On se voit déjà dans un bain au lait précieux, dans un enveloppement de boue provenant du Mont Saint-Michel... Pour une journée « douceur », on testera les cristaux marins et l'enveloppement de boue de la Mer Morte ainsi qu'une relaxation du cuir chevelu et du visage (129 euros/personne avec accès aux espaces aquatiques, fitness et détente). Sur plusieurs jours, on a le choix entre plusieurs formules : programme « bien-être » en deux jours avec hébergement et demi-pension (à partir de 401 euros/personne), formule beauté sur 3 jours/2 nuits (à partir de 541 euros) ou séjour « Balnéades » qui promet 5 jours de sérénité (577 euros/personne sans hébergement)... • Sophie Picol

Renseignements : 0238 62 04 88 et [www.reservation-loiret.com](http://www.reservation-loiret.com)

## UNE BIBLE DE THALASSO BRETONNE

Très agréable à feuilleter, la brochure Thalasso du Comité régional du tourisme de

Bretagne regroupe 13 établissements et une douzaine de programmes spécifiques, des classiques « beauté », « minceur » ou « remise en forme » aux plus originaux « hommes toniques », « éternelle jeunesse » ou « énergie »...

Il y a même une cure



particulièrement adaptée aux célibataires, avec réservation d'une table d'hôte en solo,

randonnée sur l'île de Batz et balade à vélo, dîner en crêperie... sans oublier un atelier du rire ! (à partir de 1267 euros les 6 jours de soins et 6 nuits en hôtel 3 étoiles et pension complète).

Renseignements : [www.formulesbretagne.com](http://www.formulesbretagne.com)



Les « Balnéades » au domaine de Limère, à 1 h 30 de Paris.