



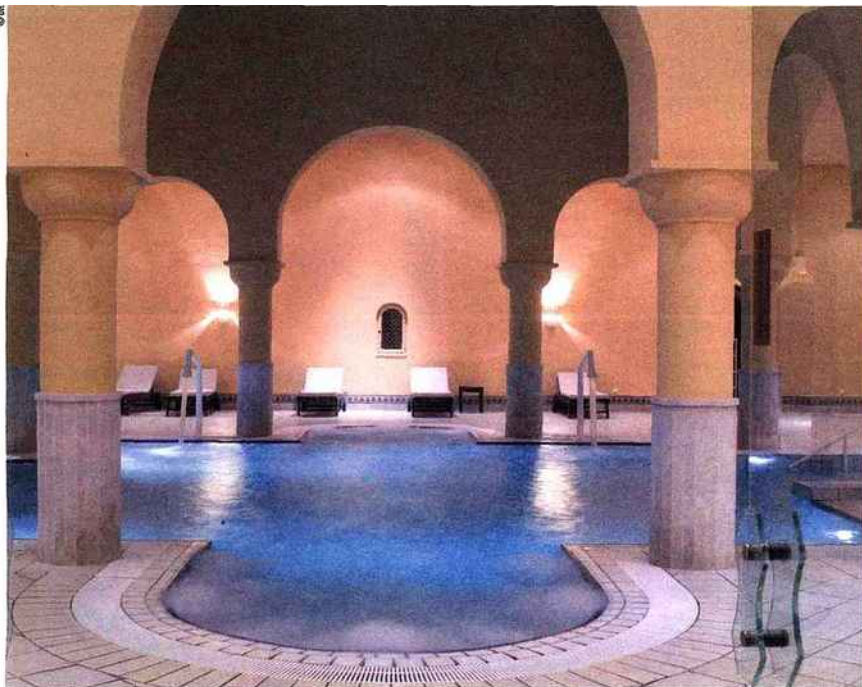
## DANS L'AIR **MOI D'ABORD**

TEXTES : CÉDRIC GALONSKÉ, JULIEN LORETTE

bien-être

# Chacun cherche son spa

Urbain, bucolique, au soleil, à la maison, tous les moyens sont bons pour prendre soin de soi, au spa ou... comme au spa!



La piscine intérieure de l'Ulysse Thalasso à Djerba



et un des massages proposés par la maison

## Spa d'ailleurs Ulysse Thalasso - Hôtel Park Inn by Radisson à Djerba (Tunisie).

Des coupoles blanches, le balancement des palmes, un parfum de jasmin et une mer aux reflets turquoises baignant une plage de sable fin. Djerba est un lieu enchanté. Palais mauresque revisité aux couleurs d'aujourd'hui, l'hôtel Park Inn by Radisson allie un esprit authentique au luxe contemporain. Ses bars et ses restaurants font voyager autour de la Méditerranée, tandis que ses chambres avec vue sur la mer ou sur un jardin exotique offrent un confort haut de gamme et une ambiance confidentielle. Dans un dédale d'arcades et de patios, d'antiques amphores se mirent dans le bleu des bassins. Là, une équipe chaleureuse et attentive, dirigée par Corinne Pont, vous guide vers un monde de douce volupté.

A l'Ulysse Thalasso, la carte propose les bienfaits d'une thalassothérapie exigeante et technique au parfum d'orient. Ses 3500 m<sup>2</sup>

abritent deux piscines d'eau de mer avec jacuzzis intérieurs et en plein air, un hammam traditionnel pour la purification du corps, un sauna avec vue sur mer, idéal pour éliminer les toxines, ainsi que 60 cabines et un espace spa avec de nombreux endroits de détente. La carte propose des soins manuels, des traitements cosmétiques dernière génération, des massages énergiques dispensés par des spécialistes dans chaque domaine. Ce lieu comble tout le monde avec ses multiples offres : la thalassothérapie avec des soins individuels, collectifs ou en cure, les soins esthétiques

**Le mémorable "watsu",  
contraction de "water"  
et "shiatsu",  
une thérapie tout en  
douceur dans de l'eau  
de mer chaude.**



Le spa de l'hôtel Le Bristol by La Prairie

en partenariat avec les marques Thalgo et Dédéar, mais également les soins énergétiques (entre 32 € et 81 €) comme le shiatsu, le massage ayurvédique, les massages thaïs traditionnels ou le mémorable watsu (contraction de "water" et de "shiatsu"), aussi ap-

pelé "relaxation marine", une thérapie tout en douceur, pratiquée dans de l'eau de mer chaude et combinant mouvements, étirements et bercements. Le watsu est un moment de lâcher-prise total (43 € la séance de 50 minutes) qui détend les muscles, soulage les cour-

batures et modifie la perception du temps et de l'espace en procurant une infinie sensation de bien-être.

Renseignements sur  
[www.ulysses-thalasso.com](http://www.ulysses-thalasso.com).

## Spa d'à côté Spa Le Bristol by La Prairie

En partie baigné de lumière naturelle et ouvert sur un jardin intérieur, le nouveau spa Le Bristol by La Prairie réinterprète l'art de vivre du prestigieux hôtel et le luxe à la française. Parce que la règle est de ne s'entourer que des meilleurs, une alliance exclusive a été passée avec la maison La Prairie pour les soins du visage (à partir de 150 €). Ce spa est doté de huit cabines de soins dont deux cabines duo, d'une magnifique piscine à 28 degrés, habillée de teck et de verre, d'un solarium avec vue sur tout Paris, d'un espace fitness, d'un salon de coiffure et d'un espace enfants.

112, rue du Faubourg Saint-Honoré, 8<sup>e</sup>. M<sup>o</sup> Miromesnil.  
Infos sur [www.lebristolparis.com](http://www.lebristolparis.com).



1\_ et 2\_ Facade et salon de repos du spa Pure Altitude des Fermes de Marie 3\_ et 4\_ La baignoire en bois façon bain suédois et la douche écolo du spa Un lit au pré

## Spa à emporter

Lieux de bien-être au cœur des Alpes, les spas Pure Altitude, que l'on trouve à Megève, à l'hôtel Mont-Blanc ou aux Fermes de Marie, ont donné naissance à une gamme de soins cosmétiques de haute technologie issus de la montagne. Inspirée par la pureté originelle des plantes qui y poussent, Pure Altitude intègre au sein d'une ligne cosmétique unique et complète la richesse et la puissance des actifs de la flore préservée des sommets. Celle-ci puise sa force dans une terre féconde et des conditions climatiques idéales. Sélectionné pour ses vertus cosmétiques rares, c'est le roi des ames, l'edelweiss, qui constitue l'ingrédient majeur des soins de beauté de la marque.

Alliant les propriétés anti-oxydantes et reminéralisantes de la "fleur des glaciers" à celles d'une cinquantaine d'autres plantes, les soins offrent à la peau ce que la montagne possède de plus précieux. Elaborés à partir d'extraits rigoureusement sélectionnés, les produits reflètent l'engagement de la marque pour le respect de

l'environnement à chaque étape du processus de fabrication. **Soins du visage, soins du corps et gamme bio baptisée Bio-Organic, en vente dans une sélection de spas, pharmacies et parfumeries, sur le site de la marque et au Printemps Paris, entre 13 et 70 €. Infos sur [www.pure-altitude.com](http://www.pure-altitude.com)**

## Spa écolo

Un lit au pré, c'est la nouvelle destination insolite des familles urbaines qui s'organisent pour profiter

de courts séjours nature. Les clients de cette formule atypique n'y trouvent ni "groom", ni "room service", ni même l'électricité, mais le confort d'un lieu hors du temps, dans un cadre ultra-préservé. Ici, de petites habitations ont été dispersées par une équipe paysagiste autour d'une poignée de fermes familiales en pleine campagne. Chacune dispose d'un espace de 45 m² en bois massif et en toile épaisse, parfaitement équipé pour y réinventer le vivre ensemble au

rythme des animaux et des repas, moments où l'on peut discuter longtemps à la lumière des bougies. Cuisine et poêle central, deux chambres impeccables, un lit-clos douillet, des toilettes intérieures et une grande brouette pour transporter quelques bagages, le linge, les bâches et toutes les courses faites au cellier. De son côté, le Spa au Pré fonctionne aussi sans gaz ni électricité. Rien d'autre qu'un long feu et un peu de patience pour faire chauf-

fer l'immense baignoire en bois comme un bain suédois. En attendant, un bon bouquin est fortement recommandé, avant un pur moment de détente sous les arbres à partager en famille, en couple ou entre amis, en écoutant le chant des oiseaux.

**Matinée ou soirée à 67,50 € (en plus de la location des tentes) au Domaine de Pouzieux, en Auvergne, à 3 h de Paris. Infos et rés. au 01 41 31 08 00 ou sur [www.unlitaupre.fr](http://www.unlitaupre.fr).**

## pratique\_ spa à domicile



Ceux qui veulent se faire plaisir au quotidien trouveront sur la toile de nombreuses occasions. Ainsi pour la somme de 4 999 €, le site de vente en ligne [www.vente-unique.com](http://www.vente-unique.com) propose le Spa Galaad. Cette grande baignoire circulaire offre six places, dont une semi-allongée, et 54 hydrojets qui apportent de nombreux bénéfices physiques (amélioration de la circulation sanguine, hydro-massage des articulations et des muscles pour éviter les courbatures après l'effort, décontraction des fibres musculaires pour une relaxation et une détente de zones souvent douloureuses - cou, épaules, dos, lombaires -, évacuation des toxines...). C'est également un lieu convivial, qui favorise la discussion, la détente et l'échange pour un moment à partager entre amis. En vente sur [www.vente-unique.com](http://www.vente-unique.com).