

*spas des champs***Bien-être
au milieu des champs
de lavande ou de blé**

SE RESSOURCER EN LAISSANT ERRE LE REGARD
DE VALLONS EN COTEAUX, DE PRÉS EN CHEMINS
CREUX, APAISER LES SENS AU COEUR D'UNE CAMPAGNE
INTACTE, SOIGNEUSEMENT PEIGNÉE OÙ LE VENT SE FAIT
COMPLICE ET LA NATURE ÉLIXIR DE BEAUTÉ

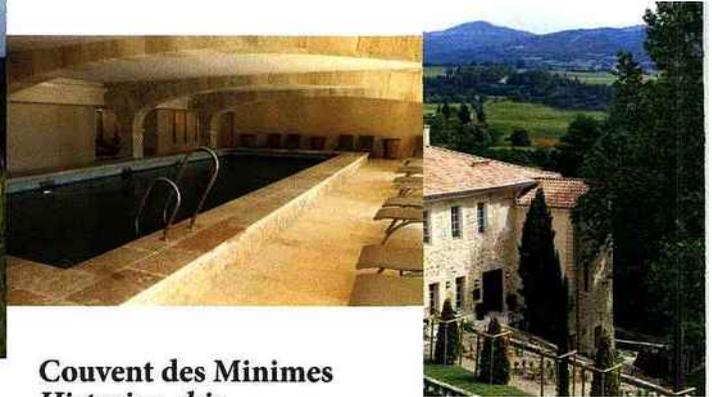
Par la Rédaction

**La Grée des Landes,
le plus éco-écolo**

C'est où ? A la Gacilly, au cœur de la Bretagne, trop méconnue et troublante. **Esprit ?** C'est un lieu enraciné, profondément. Un lieu inspiré. On y respire ici tout l'esprit novateur et précurseur du fondateur, Yves **Rocher**. **Spa signé ?** Yves Rocher, bien sûr ! **L'incontournable ?** Grand Rituel aux trois aromatiques. Bain de fleurs (bio) et infusion (bio), gommage à la poudre de tilleul puis modelage aux ballotins botaniques (thym, romarin et verveine) et enfin masque aux eaux de fruits... **En forme pour ?** Se perdre dans la lande bretonne, s'évader dans la mystérieuse forêt de Broc'hande toute proche, se perdre dans les chemins creux ou s'évader dans le végétarum, 44 hectares de champs biologiques, un vrai conservatoire de milliers d'espèces rares et protégées. **L'art d'y vivre...** Vivre la nature au naturel... sans effets de manches ni trompettes. Toits végétalisés, panneaux solaires, chanvre et granit, lin et bois blonds ; on entre ici comme dans une maison d'hôtes mais responsables. C.T.

**Les Jardins de Saint-Benoît,
Spa des jardins
Le plus méditerranéen**

C'est où ? Dans le Languedoc : entre Carcassonne et Narbonne, au cœur du massif des Corbières, dans une région où le soleil brille 300 jours par an. **Esprit ?** Profiter des bienfaits généreusement offerts par la nature environnante : olive, miel, thym, lavande, camomille et même le sel de la mer toute proche. **Spa signé ?** Pas vraiment... Exclusivement biologiques, les ingrédients utilisés sont fabriqués dans la région selon un savoir-faire ancestral. **L'incontournable ?** Le soin défatigant dos, épaules et cuir chevelu, qui débute par une exfoliation du dos et se poursuit par un modelage profond. Les épaules et le cou totalement relâchés, on en ressort l'esprit léger. **En forme pour ?** Une balade dans la garrigue, un plongeon ou une partie de pêche dans la rivière, une dégustation de vins ou d'huiles d'olive, un cours de yoga... **L'art d'y vivre...** Pierres, paille et rotin, lumière naturelle à profusion, la déco est simple mais chic, naturelle et raffinée. Une superbe pièce votée abrite la piscine intérieure. H.V.

**Couvent des Minimes
Historico-chic**

C'est où ? En Provence, au milieu des lavandes. **Esprit ?** Oublier le monde, s'isoler et ne plus penser qu'à soi ; un peu comme une retraite. **Spa signé ?** L'Occitane. **L'incontournable ?** Chaud/froid verveine-citron. Après le rituel de bienvenue du bain pour les pieds, le soin commence par une exfoliation chaude puis une douche, un massage approfondi... Une fois le corps totalement relâché, on y applique des compresses froides, parfumées aux huiles essentielles pures, puis de la crème sorbet hydratante, dont la formule aura été rafraîchie afin de renforcer les effets des extraits de verveine et de citron, ainsi qu'une eau de toilette Splash, pour parachever la stimulation de tous nos sens ! **En forme pour ?** Partir sur les traces de Giono, l'enfant du pays, s'évader de Mane à Manosque ; partir au gré des vents et se perdre dans les petites routes et ruelles du Lubéron. **L'art d'y vivre...** Entre épure minimaliste, très conventuelle, et luxe apaisé, c'est ficelle et chocolat, taupe et souris. Une véritable escale de charme où le temps prend tout son temps. C.T. Pour en savoir plus, repotez-vous au **Cahier Pratique Spa des Champs** en fin de numéro.



© Gilles Trillard pour C&A Ouest

Se fondre dans
la nature à la Grée des Landes.