



Spa Marin du Val André Thalasso Resort - Hotel



11 escapades remise en forme

Bientôt la fin du printemps, il est temps d'évacuer le stress et les tracas quotidiens. On s'évade avec un seul mot d'ordre : détente absolue !

TEXTE CÉCILE JUNOD

Un grand besoin de penser à autre chose, ou plutôt, de ne plus penser à rien ? Ils sont nombreux les établissements conçus rien que pour ça, misant à fond sur le luxe et le raffinement. Ils proposent des expériences inédites combinant revitalisation de l'organisme et évacuation sensorielle, un duo chic et choc pensé pour harmoniser le corps et l'esprit dans de sublimes espaces de relaxation.

Les hommes ont un peu de peine à sortir de l'image d'Épinal, considérant que les spas sont une activité toute féminine, pas franchement virile. Du coup, pour les séduire, certaines destinations proposent des formules plus musclées, associant sport et détente. Ce serait une erreur de nier que les massages ont de réelles vertus. Ils agissent comme un moteur qui permet de relancer les fonctions du corps : stimulation des circulations sanguine et lymphatique, oxygénation des cellules, élimination des toxines, échauffement des muscles... Sans oublier que pétrissages, modelages, effleurages et autres enveloppements sollicitent tous les sens et sont susceptibles de transformer toute escapade detox en séjour ultraglamour.

Alors, c'est décidé, on lâche prise ! Et que vous ayez envie d'iode et d'embruns, de calme bucolique, de life style châtelain ou d'insolite, nous avons sélectionné tout ce qu'il vous faut, avec en prime les plaisirs du palais. Posez-vous, reposez-vous, laissez le calme vous envelopper jusqu'à atteindre 360° de plénitude.

À partir de 120 €

Hôtel des Arnelles***

Côte d'Azur - Les Saintes-Maries-de-la-Mer (13)
Une adresse confidentielle, au cœur de la Camargue, des marais et rizières. Pour être en totale osmose avec cette nature sauvage, l'hôtel s'est organisé autour du rez-de-jardin, avec des pontons en bois qui donnent accès aux 15 chambres et 2 suites dotées de terrasses où il fait bon s'attarder en fin de journée pour boire un verre. Partout du bois, des couleurs douces, de grandes baies vitrées... Une superbe piscine à débordement où les canards viennent parader. Si on veut bouger : randonnée à cheval, à vélo, safari en 4x4, courses camarguaises, raid des sables, minicroisière... La table d'hôtes menée par Gildas Gicquel met à l'honneur les produits locaux pour un menu unique chaque soir.

GM+ Si vous voulez sortir, il y a deux ☞ tout à côté : L'Estelle en Camargue et Le Mas de la Fouque.

À partir de 170 €

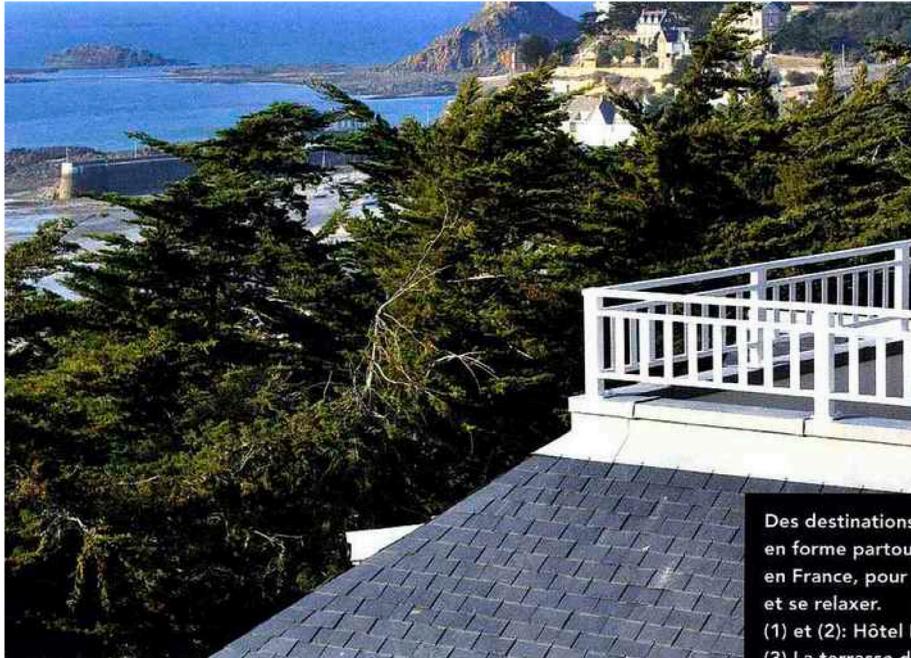
Château de Beaulieu****

Nord Pas-de-Calais - Busnes (62)
Virée épicurienne par excellence dans un authentique château du XVIII^e. Marc Meurin, chef ☞☞☞, n'est pas un châtelain comme les autres : sa grande demeure, il l'a voulue noble et vénérable dans son architecture, contemporaine et vivante dans son atmosphère. Pour un instant de plénitude avec soi-même, toutes



sortes de massages sont proposées dans une atmosphère dépayssante et les fans des fourneaux pourront suivre des cours de cuisine avec le chef. Pour se restaurer, il y a le Jardin d'Alice ☞, dans la belle véranda pour une cuisine sans frontière avec les meilleurs produits du moment.

GM+ Pour un vrai grand moment gastronomique, on s'installe au restaurant Meurin, la grande table du château...



© DR



1



2

Des destinations de remise en forme partout en France, pour se ressourcer et se relaxer.

(1) et (2): Hôtel Benkirai

(3) La terrasse du Château Beaulieu

(4) Le Spa Marin du Val André

À partir de 195 €

Hôtel de Bourtheroulde*****

Normandie - Rouen (76)

Une virée hors du temps dans un joyau de la Renaissance au cœur de la vieille ville. Édifiée au XVI^e siècle, cette magnifique demeure propose 80 chambres associant pour certaines mobilier design, boiseries, pierres taillées, vitraux, poutres apparentes, tourelle. Visible de l'atrium au travers d'un plancher de verre, la piscine en sous-sol permet de décompresser en faisant quelques longueurs. Et pour complètement oublier le temps, on s'en remet aux bons soins Carita ou Decléor au Spa du Drap d'Or. Sauna, hammam oriental, fitness et espace de relaxation complètent l'invitation au bien-être. Côté table: la Brasserie ou L'Aumale, plus gastronomique.

GM+ Impensable d'aller en goguette à Rouen sans passer chez Gill ☹☹☹ savourer les nouveautés de Gilles Tournadre. Pour les budgets plus serrés, il y a Gill Côté Bistrot ☹.

À partir de 155 €

Spa Marin du Val André*****

Bretagne - Pléneuf-Val-André (22)

Une destination toute neuve sur l'une des plus belles plages de sable fin des Côtes-d'Armor. Inspiré de l'architecture balnéaire des Années folles, ce complexe s'intègre harmonieusement dans son environnement naturel. La vaste terrasse invite au farniente, au bronzage et aux sublimes couchers de soleil. Déclinée dans une

déco épurée très zen, la plupart des 95 chambres offre une vue spectaculaire sur la mer. Les séjours allient thalassothérapie et spa pour une remise en forme, séance beauté ou cure minceur.

GM+ Dès le premier kilo perdu, on file à Saint-Brieuc se régaler dans l'un de nos ☹☹☹: La Croix Blanche, Le Youpala, ou La Vieille Tour, à Plérin.

À partir de 95 €

Domaine de Villeray****

Normandie - Condeau-au-Perche (61)

Vie de châtelain au milieu d'un magnifique parc. On dort au choix dans un moulin ou un château néorenaissance, avant de se faire papouiller dans un spa nouvellement né et d'un genre nouveau. Le Spa Pom, en harmonie avec l'environnement, est orienté 100 % terroir, basé sur les bienfaits de la pomme. On profite également du centre équestre pour se remettre en selle, et aux beaux jours, on profite de la piscine.

GM+ La restauration du domaine est bien adaptée: produits fermiers, bonnes volailles, agréable salle sous les poutres et terrasse au jardin pour les beaux jours.

À partir de 330 €

Hôtel Benkirai

Côte d'Azur - Saint-Tropez (83)

Sur les hauteurs, un bel ensemble contemporain reprenant les codes du Sud. L'aménagement grand luxe est signé Patrick Jouin, « l'archi-

int' » complice d'Alain Ducasse. Les chambres zen donnent sur des terrasses privées ouvertes sur le paysage méditerranéen. Autres atouts du lieu: le jardin exotique, la féérique piscine turquoise, les bars intérieurs et extérieurs, les soins Jeanne Piaubert pour se ressourcer. Cette saison, Bruno Doucet ☹☹ (La Régalade à Paris) prend les commandes des pianos, l'occasion de découvrir une nouvelle expérience culinaire.

GM+ La sortie gastronomique dans le coin, c'est à la Résidence de la Pinède ☹☹☹☹: sublime terrasse, prouesse culinaire de choc d'Arnaud Donckele et cave de prestige.

À partir de 114 €

Hôtel Spa Le Roi Arthur****

Bretagne - Ploermel (56)

En lisière de forêt de Brocéliande avec vue sur le lac au Duc, un séjour bien-être en pleine nature. Dans un parc de 18 ha avec golf, cette construction moderne offre des chambres agréables dans un style cosy design. Les golfeurs et adeptes d'une remise en forme de qualité trouvent ici tout ce qu'il faut: piscine chauffée, sauna, hammam, jacuzzi, fitness, soins spécifiques. Côté table: une cuisine hôtelière avec de jolies saveurs et un menu « bien-être » tout en légèreté dans une salle lumineuse avec vue sur le lac et les fairways.

GM + Pour découvrir un chef très prometteur, il y a, à Ploermel, le Cobh ☹☹ mené par Cédric Rivière, Jeune talent G&M 2011.



© DR

À partir de 125 €

Hostellerie la Chenaudière****

Alsace - Colroy-la-Roche (67)

Derrière une belle façade alsacienne à colombages, de superbes aménagements intérieurs: boiseries du XVIII^e, patines, œuvres d'art anciennes et modernes, chambres très bien équipées avec terrasse ou balcon, suites spacieuses avec jacuzzi. Pour la remise en forme: piscine intérieure, bain bouillonnant et salle de soins. Début 2013, un spa d'exception respectueux de l'environnement ouvrira.

GM+ À la table, baptisée *Les Princes de Salm*, le chef exécute très honorablement une *valse classique qui convient bien au cadre*.

À partir de 135 €

La Grée des Landes***

Bretagne - La Gacilly (56)

Dix hectares de parc paysager, une architecture bioclimatique exemplaire, une biodiversité hyper-préservée... Le lieu est engagé à 100 % dans le respect de notre planète. Avec ses 29 chambres et ses nouvelles cabanes, l'éco-hôtel-spa Yves **Rocher** garantit une vraie cure de Jouvence. À l'Heure Végétale, le spa, on s'abandonne à la quintessence des plantes et aux mains expertes. Aux Jardins Sauvages, le chef Gilles Le Gallès surprend avec une cuisine bio et locavore.

GM+ Un seul mot d'ordre: *profitez au maximum de ce cadre relaxant où la nature donne sans compter*.



4

© DR

À partir de 290 €

Le Chabichou****

Alpes - Courchevel (73)

On prend de la hauteur et on teste le nouveau spa du précurseur du luxe gastronomique à la française, Michel Rochedy. Le Chabispa, c'est 1 100 m² dédiés au bien-être avec une multitude de raffinements novateurs qui vont faire fureur. Les 41 chambres de ce chalet blanc tout droit sorti d'un conte de Grimm se vivent dans un grand confort bourgeois. Sorte de Harry's Bar des montagnes, la table de la maison **GGG** ne déçoit jamais: le festin est au rendez-vous, les desserts sont excellents, le service impeccable, la cave grandiose.

GM+ La nouveauté côté table, c'est l'ouverture du Chabotté avec une carte bistro version savoyarde et des animations tous les soirs.

À partir de 150 €

Les Corderies****

Picardie - Saint-Valéry-sur-Somme (80)

Escapade design pour respirer le grand air de la baie de Somme. En bord de mer, dans un pittoresque village de pêcheurs, l'hôtel restaurant de 11 chambres joue la carte du luxe décontracté. La détente se vit au coin du feu si la température est encore un peu fraîche, ou en terrasse et dans la piscine si le soleil est au rendez-vous. Pour un autre moment de bonheur, on file au spa. Le restaurant est un lieu intime particulièrement dédié aux poissons de petits bateaux, dans une cuisine à la fois traditionnelle et créative.

GM+ C'est la destination est idéale pour visiter Le Crotoy, le parc ornithologique du Marquenterre, le Chemin de fer de la baie de Somme, l'abbaye et les jardins de Valloires...