

Onze cures anti-fatigue en France pour se régénérer cet automne

Par **Lucie Rousselle** | Le 26 octobre 2017



La rentrée de septembre est déjà loin et pourtant on en porte encore les stigmates ? Rien de plus normal, nous sommes en automne. Baisse de moral, fatigue et manque d'envie sont les symptômes classiques de la saison. Alors aux grands maux, les grands remèdes. Pour éviter d'entamer l'hiver avec le moral dans les chaussettes et une condition physique en berne, pourquoi ne pas miser sur un séjour revitalisant ?

On déconnecte dans un éco-hôtel breton

On succombe à la Bretagne, en résidant quelques jours dans cet éco-hôtel spa, qui appelle à la sérénité. Au programme, un séjour «Natural Slow Life». On profite d'un bilan individuel avec un coach sportif, d'une activité wellness au choix (yoga ou pilates), de bains relaxants, de l'accès à l'espace fitness. Le tout en dégustant des repas gastronomiques.

Le plus : être logée dans une suite d'exception et sans wifi, pour déconnecter et renouer avec l'essentiel.

La Grée des Landes, Éco-hôtel spa Yves Rocher, Les Tablettes, 56200 Cournon. Tél : 02 99 93 35 40.