

Les « vacances bien-être », remède antimorosité

MODE DE VIE

Cures de thalasso et massages dispensés par les spas font de plus en plus d'adeptes parmi les vacanciers. Une tendance qui s'explique par la montée des incertitudes et du stress, conséquence d'un contexte économique difficile.

REPOS et bien-être avant tout. Une récente étude du voyageur en ligne Expedia* l'affirme: durant leurs congés, nos compatriotes aspirent surtout à se détendre et à se ressourcer. Même si le bain de soleil en bord de mer garde toujours la première place des intentions de départ, les sondés plébiscitent juste derrière l'option « bien-être ». Loin devant les circuits culturels et autres séjours aventure.

C'est la crise ? Raison de plus pour que « *les vacances servent en priorité à prendre soin de soi et à oublier le stress accumulé sur son lieu de travail !* », explique-t-on chez Expedia. Et puisque, restrictions budgétaires obligent, on part désormais moins loin, moins longtemps et moins cher, autant opter pour une vraie parenthèse antimorosité.

Le spa, une destination en soi

« *S'octroyer quelques heures ou quelques jours dans un spa permet de rompre pleinement avec le monde extérieur et ses turpitudes* », relève Roland Buffet, commissaire général du Mondial Spa & Beauté, salon professionnel qui s'est tenu en mars dernier à Paris. Faute de pouvoir s'évader à l'autre bout de la planète, les vacanciers coupent les ponts avec un quotidien maussade en s'abandonnant aux



mains d'une masseuse ou en barbotant dans un bain iodé.

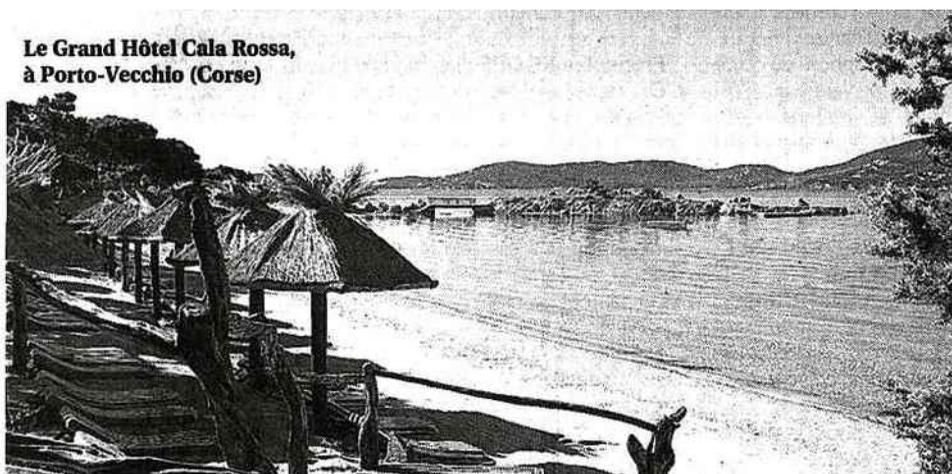
« *Aujourd'hui, note Roland Buffet, la présence d'un spa est devenue un critère de choix pour plus de 90 % de la clientèle de l'hôtellerie de luxe.* » Pour certains, le spa fait d'ailleurs office de destination en soi. Ainsi, on ne part plus à Bordeaux par exemple, mais aux Sources de Caudalie pour se faire dorloter une semaine durant. Mieux : si autrefois les femmes constituaient le gros du contingent des centres de bien-être, désormais, les hommes les accompagnent de plus en plus fréquemment. Même les enfants et les ados ne sont plus oubliés : certains sites proposent en effet des forfaits « spécial famille ». Résultat, en France, les spas d'hôtel connaissent un fort développement. En 2007, les organisateurs du Salon professionnel Equip'Hôtel

avaient d'ailleurs réalisé une petite enquête : 80 % des 420 hôteliers interrogés n'étaient pas encore équipés d'un spa, mais presque tous avaient l'intention d'en créer un dans les deux ans. En septembre dernier, Equip'Hôtel a donc consacré tout un espace aux spas hôteliers qui a réuni une cinquantaine d'exposants. La vogue du tourisme de bien-être n'en est vraisemblablement qu'à ses débuts.

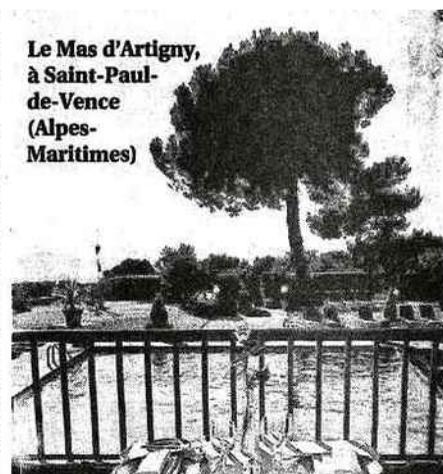
CAROLINE SALLÉ

* « *De quelles vacances rêvez-vous et où partirez-vous?* », étude réalisée par *Expedia-Harris Interactive* entre le 5 mars et le 12 mars 2009.

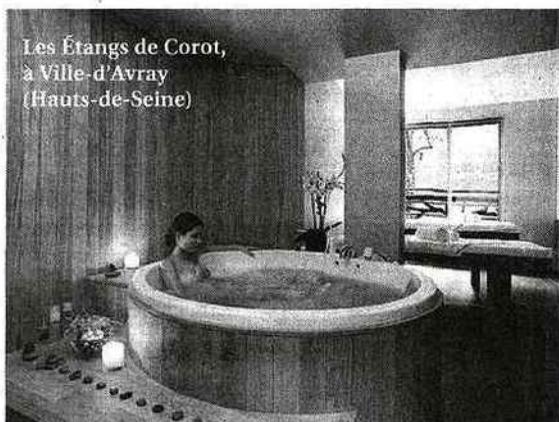
**Le Grand Hôtel Cala Rossa,
à Porto-Vecchio (Corse)**



**Le Mas d'Artigny,
à Saint-Paul-
de-Vence
(Alpes-
Maritimes)**



**Les Étangs de Corot,
à Ville-d'Avray
(Hauts-de-Seine)**



**Le 1835 White Palm Hotel,
à Cannes (Alpes-Maritimes).**
DR



Cet été, à chacun sa bulle

CURE RELAXANTE

Ouvert au mois de mars, le très design hôtel 1835 White Palm s'est installé à deux pas de la Croisette. Conçues par les architectes Marc Hertrich et Nicolas Adnet, les 134 chambres truffées d'œuvres d'art donnent sur la mer et le massif de l'Esterel. Le lieu abrite également des thermes de 2 700 m², où se pratiquent des cures amincissantes, tonifiantes et relaxantes.

Le plus : la Bento Box proposée au déjeuner par le chef, enrichie en vitamines, oligo-éléments et antioxydants qui décuplent les bénéfices de chaque cure.

■ *Escale Tahiti Relaxante, 2 jours, à partir de 924 € par personne. Thermes marins de Cannes, 1835 White Palm, 1, bd Jean-Hibert, 06400 Cannes. Tél. : 04 92 99 93 00.*

RETRAITE DANS LE MAQUIS

Situé sur la baie de Porto-Vecchio le long d'une plage de sable fin, le Grand Hôtel Cala Rossa possède 30 chambres et 10 appartements disséminés entre les pins, ainsi qu'un restaurant étoilé mené par Georges Billon. Mais les senteurs de l'île ne se découvrent pas seulement dans l'assiette. Le spa propose en effet des soins aromati-

ques, comme le massage « saveur du maquis », tous réalisés avec des huiles essentielles 100 % bio.

Le plus : promenades dans le maquis et sur les sommets, guidées par Stéphane Rogliano, un horticulteur passionné qui révèle tous les secrets de botanique.

■ *Forfait Spa 3 nuits, 3 heures de soins, 3 heures de randonnée et 3 heures d'aquagym, 1 220 € par personne. Grand Hôtel Cala Rossa, route de Cala-Rossa, 20137 Porto-Vecchio. Tél. : 04 95 71 61 51.*

BAIN D'IODE

Perché sur un rocher de granit rose, face à l'archipel des Sept-Iles, l'hôtel Agapa de Perros-Guirec permet de s'offrir une grande bouffée d'iode. La bâtisse de 48 chambres est située au cœur des Côtes-d'Armor, une situation idéale pour visiter la côte de granit rose, faire un parcours de golf devant l'océan ou se détendre au spa. Depuis quelques mois, il accueille les jeunes ou futures mamans avec leurs maris, pour des soins spécifiques comme les massages drainants ou les soins anti-jambes lourdes.

Le plus : exclusivité du lieu, le bain à l'argile grec est une eau rose dans laquelle il faut se plonger une

demi-heure, seul ou à deux, pour retrouver une peau douce.

■ *Forfait Bulle douceur, 4 jours, 3 nuits, 1 470 € par personne. Agapa, 12, rue des Bons-Enfants, 22000 Perros-Guirec. Tél. : 02 96 49 01 10.*

PARENTHÈSE CULTURELLE

Dans un parc de 8 hectares surplombant la mer, le Mas d'Artigny, à Saint-Paul-de-Vence, est préservé de l'agitation de la côte mais pas de son faste. Concept unique en Europe, l'hôtel possède ainsi 21 piscines privatives reliées aux appartements privatifs, en plus des 34 chambres. De plus, le spa à l'atmosphère tamisée inspirée de l'Orient décline les rituels indiens et innove avec une grotte de méditation dont la pénombre favorise le repos.

Le plus : la célèbre Fondation Maeght, dans le village, et ses œuvres de Braque, Chagall, Giacometti ou Miro.

■ *Forfait Détente et plaisir, 2 nuits, un menu Ligne et plaisirs, 1 massage, 650 € par personne. Spa Daniel Jouvance, Mas d'Artigny, route de la Colle, 06570 Saint-Paul-de-Vence. Tél. : 04 93 32 84 54.*

HAVRE DE GOLFEURS

Au Dolce Fregate de Saint-Cyr-sur-Mer, les sportifs peuvent se détendre tout en améliorant leur swing. Les formules proposées permettent de s'entraîner seul ou en couple sur l'un des plus beaux golfs d'Europe, avec vue imprenable sur la Méditerranée. Côté spa, tous les soins, du massage relaxant à l'antirides au caviar sont dispensés par Sothys.

Le plus : la visite des caves voisines et la dégustation des vins AOC Bandol.

■ *Forfait « bio golf », comprenant 2 nuits en chambre double, deux soins et une initiation au golf pour l'un des deux, 699 € pour deux personnes. Dolce Fregate, route de Bandol, 83270 Saint-Cyr-sur-Mer. Tél. : 04 94 29 39 39.*

ÉTAPE GASTRONOMIQUE

À moins de trente minutes de Paris, l'hôtel Les Étangs de Corot à Ville-d'Avray paresse au bord d'un étang qui inspira les impressionnistes. Cet ancien hameau rassemble 43 chambres, deux restaurants gastronomiques dirigés par le chef étoilé Benoît Bordier et une grande sélection de vins. En parfaite concordance avec cet « œnotourisme », le spa est signé Caudalie,

spécialiste des soins de vinothérapie, dont le plus célèbre est le gommage Crushed Cabernet.

Le plus : le château de Versailles est à seulement cinq kilomètres. Les plus courageux s'y rendront sur un des vélos prêtés par l'hôtel.

■ *Week-end spa et gastronomie, 2 nuits, un repas au restaurant Le Corot, un repas au Café des Artistes, deux demi-journées de soin : 1 540 € pour deux personnes. Les Étangs de Corot, 53-55, rue de Versailles, 92410 Ville-d'Avray. Tél. : 01 41 15 37 00.*

REFUGE DE LUXE

Après Paris et Genève, La Réserve s'installe cette fois en bord de mer, à Ramatuelle, et propose 7 chambres luxueuses, 16 suites avec terrasse privée ou jardin et 12 villas privées avec piscine. Également dessiné par Jean-Michel Wilmotte, le spa baigné de lumière vient compléter le lieu avec une carte de soins complète et la possibilité de s'entraîner avec un coach.

Le plus : les recettes antioxydantes du chef, inspirées de la cuisine de l'île d'Okinawa, au Japon, dont les habitants vivent plus longtemps et en bonne santé.

■ *Forfait 2 nuits en chambre de luxe et 4 soins, 1 080 €*

par personne. La Réserve, chemin de la Quessine, 83350 Ramatuelle. Tél. : 04 94 79 14 28.

ESCAPADE FAMILIALE

Idéal pour une escapade avec les enfants, le Vitalparc de Lacanau possède un centre équestre qui accueille tous les niveaux, de l'initiation au poney au stage de cheval. Durant la pause spa des parents, les plus petits sont pris en charge au miniclub et les plus grands peuvent découvrir l'accrobranche. Distribués dans la pinède, les appartements et villas permettent d'héberger de 2 à 9 personnes.

Le plus : l'océan Atlantique est à quelques pas et l'école Surf sans frontières dispense des cours pour enfants et adultes, quel que soit le niveau.

■ *Séjour 4 jours, 3 nuits en demi-pension, comprenant l'accès au spa, au minigolf et au miniclub, à partir de 94 € par jour et par personne. Séjour offert pour les enfants de moins de 5 ans, hôtel offert pour les enfants de moins de 12 ans. Vitalparc route du Baganais, 33680 Lacanau. Tél. : 05 56 03 91 00.*

MARIE LÉTANG