



## TENDANCES ÉVASION

# Bien se ressourcer

**Détente.** Atmosphère cosy, soins régénérants, activités au grand air... Des forêts alsaciennes aux côtes siciliennes, les hôtels concoctent des programmes de rêve pour décompresser. **PAR MARION TOURS**



Le parcours Ouest longe la côte et la plage avec vue sur la Méditerranée.

### ITALIE

#### **Verdura Resort Dolce vita hivernale**

**LE CADRE.** Situé en bord de mer près d'Agrigente, dans le sud-ouest de la Sicile, l'hôtel – unique resort de la collection Rocco Forte – affiche une architecture contemporaine parmi oliviers, orangers et citronniers. Détente, balades, activités sportives, parcours de golf (9 et 18 trous), clubs pour enfants... Tout le monde s'y retrouve.

**LA PROMESSE BIEN-ÊTRE** En plus d'un spa de 4 000 mètres carrés avec piscines extérieures de thalasso (chauffées), sauna finlandais et bain de vapeur, l'hôtel propose en avant-première le nouveau concept Rocco Forte Spa imaginé par Irene Forte – fille de sir Rocco Forte –, incluant une ligne de cosmétiques

ADRIAN HOUSTON LIMITED/DR - BR



La Villa Stéphanie,  
5 000 mètres carrés  
réservés à la beauté.

## ALLEMAGNE Brenners Park Hotel Retour aux sources

**LE CADRE.** Haut lieu de villégiature et berceau du thermalisme, la très chic Baden-Baden est aussi le siège du célèbre Brenners Park, ouvert en 1872 en lisière de la Forêt-Noire. Façade néoclassique, piscine intérieure de style romain, superbe jardin... On vient y faire le plein de nature, d'élégance et de bien-être à partir de 230 € la nuit... Ce qui mérite d'être signalé.

**LA PROMESSE BIEN-ÊTRE.** La Villa Stéphanie, nouvelle extension de l'hôtel, située dans un bâtiment XIX<sup>e</sup> classé. Soit 5 000 mètres carrés réservés à la beauté, l'alimentation, la santé et l'équilibre émotionnel. Avec à l'appui : spa, piscine, bassins de relaxation, centre de remise en

forme et nombreux experts, parmi lesquels maître de shiatsu, champion de kick-boxing, kiné, dermatologue, ophtalmologiste, chirurgien dentaire et coach en nutrition.

**LES MUSTS.** Le sauna de 500 m<sup>2</sup>. Le soin hammam Signature. La suite spa – privatisable – avec laconium, sauna finlandais, bain japonais et hammam. Et le programme Detox digitale permettant de se déconnecter du wi-fi et du réseau électrique dans les chambres.

*A partir de 230 € la nuit au Brenners Park et 550 € à la Villa Stéphanie. Programme diète personnalisée : à partir de 150 € la semaine. Programme fitness personnalisé : 140 € l'heure. Massage : à partir de 140 € les 60 minutes. Spa suite : 300 € les 4 heures pour 2 personnes. (49) 72.21.90.00, [www.brenners.com](http://www.brenners.com).*



Un suivi personnalisé  
et cinq programmes santé.

naturels fabriqués en Sicile, des soins Signature, des exercices fitness avec coach et des menus concoctés par des nutritionnistes et des chefs locaux.

**LES MUSTS.** Les 5 programmes santé – Fit, Slim, Detox, Antiâge, Relax – prodigués sur trois ou six jours et accompagnés d'un suivi personnalisé.

*A partir de 180 € la nuit en chambre Deluxe avec vue mer. Programmes santé : de 785 à 1 460 € les 3 jours et de 1 340 à 3 250 € les 6 jours. (39) 925.99.80.01, [www.roccofortehotels.com](http://www.roccofortehotels.com).*



Des salons au style  
classique en bordure  
de la Forêt-Noire.





Le flotarium, un grand bassin de flottaison au sel d'Epsom.



Un lit de repos tout en bois... avec vue sur la nature.

## FRANCE

### La Cheneaudière Après de mon arbre

**LE CADRE.** Ouvert en 1974 dans le village de Colroy-la-Roche, entre Strasbourg et Colmar, La Cheneaudière est de ces maisons qui se transmettent d'une génération à l'autre avec ce sens inné du service et de l'hospitalité. Désormais entre les mains de Mireille François et de son fils, Nicolas Decker, l'hôtel de charme n'en finit pas de se renouveler, tout en cultivant les bienfaits de sa région, des forêts alsaciennes aux montagnes de la vallée de la Bruche.

**LA PROMESSE BIEN-ÊTRE.** Entre Mireille, esthéticienne de formation, et Nicolas, président de l'association Spa in Alsace, inutile de dire qu'ici le bien-être n'est pas qu'un concept marketing. Pour preuve: le très lumineux Nature-Spa de 2 000 mètres carrés où se côtoient sur 4 niveaux, dans un environnement en pierres et bois, bassins, parcours « pieds nus », douches à sensations, hammam ruche et sauna panoramique. Le tout agrémenté de nombreuses trouvailles déco, tels ces incrustations de tonneaux dans les murs, ces lits de repos posés sur des rondins, ces tabourets conçus à partir de barriques à

vin ou ces lampes en fourrure de mouton ou en cocon de soie.

**LES MUSTS.** Le flotarium composé de 4 tonnes de sel d'Epsom, le biotope (bassin de baignade filtré par les plantes), le sauna Kraxenofen au foin, idéal pour détendre le dos, le bain-bois d'eau chaude en cèdre rouge. Et les cosmétiques naturels Simples & miel créés par Mireille. *A partir de 185 € la nuit et 700 € dans la nouvelle suite Les Capucines, conçue dans le même esprit que le spa. Cérémonies d'exception en suite: de 120 à 185 €.* Flotarium: à partir de 50 € la flottaison. 03.88.97.61.64, [www.cheneaudiere.com](http://www.cheneaudiere.com).



Du sport... les pieds dans l'eau.

## ESPAGNE

### Marbella Club Plein soleil

**LE CADRE.** Installée sur la Costa del Sol entre palmiers et Méditerranée, l'ancienne résidence du prince Alfonso de Hohenlohe, figure de la jet-set dans les années 50, s'est muée en un superbe hôtel de 115 chambres et 14 villas avec club pour enfants, activités nautiques, centre équestre et golf 18 trous.

**LA PROMESSE BIEN-ÊTRE.** Un spa thalasso de 800 mètres carrés en bord de mer avec piscine d'eau salée, douche enrichie



La Villa del Mar, dans l'enceinte de l'hôtel, mais à l'abri des regards.

en minéraux, massage hydrojet, algorithme, hammams, saunas et salles de soins. Ce à quoi s'ajoute une large carte d'activités outdoor (rando, marche nordique...).

**LES MUSTS.** Les 8 nouveaux programmes santé (week-end bien-être, gestion du stress, minceur, Boot Camp, antitabac...) allant de deux à quatorze jours et combinant suivi médical, régime méditerranéen,

activités sportives (boxe, course à pied, paddle, Pilates, yoga...), soins au spa, thalasso et ateliers.

*A partir de 499 € la nuit. Week-end bien-être: à partir de 690 €. Gestion du stress: à partir de 1 590 € les 4 jours. Minceur: à partir de 3 550 € les 7 jours. (34) 952.82.22.11, [www.marbellaclub.com](http://www.marbellaclub.com) et [www.lhw.com](http://www.lhw.com).*

JÉRÔME MONDRIÈRE (X-2) - MARBELLA CLUB HOTEL (X-2)