

Santé & Bien-être

3 cures pour une rentrée en beauté

L'arrière-saison est idéale pour faire une cure de remise en forme entre l'été et l'automne, afin de se préparer un hiver en pleine forme et en toute sérénité. Voici 5 idées de cures à tester.



modelage et drainage, pour une silhouette affinée après l'été. L'huile de magnésium quant à elle permet une action détoxifiante qui « dépollue » le corps en éliminant les toxines. En seulement 6 jours, le corps retrouve élasticité et tonicité. Pour accompagner les soins et maximiser leur efficacité, le restaurant du centre de cure vous propose chaque jour un « Menu plaisir et équilibre ».

Banyuls-sur-Mer

CURE BIEN-ÊTRE À L'HUILE DE MAGNÉSIUM MARIN

Quel cadre ? Surplombant la splendide baie de Banyuls sur Mer (66) en Roussillon et la Méditerranée, l'établissement *Côté Thalasso* est composé d'un centre de thalassothérapie, d'un Espace Forme Marin, d'un bar-restaurant et d'une résidence hôtelière.



Quelle cure ? *Côté Thalasso* propose une cure minceur et bien-être à l'huile de magnésium marin qui offre un programme complet alliant

Quel prix ? A partir de 1 179 € avec hébergement 6 nuits en demi-pension chambre double ou de 710 € sans hébergement. Réservations au 05 46 29 10 00 et sur www.cote-thalasso.fr



Saint-Jean-de-Luz

CURE ANTI-STRESS & SÉRÉNITÉ

Quel cadre ? Posé sur la plage, face à la Baie de Saint-Jean-de-Luz, le *Grand Hôtel* (distingué meilleur hôtel 5 étoiles 2017 !) concentre le charme intemporel du Pays Basque avec la modernité d'un luxe intimiste et chaleureux. Le *Loreamar Thalasso & spa* offre quant à lui un espace exceptionnel, totalement dédié au bien-être.



Quelle cure ? Véritable cocon distingué comme l'un des plus beaux spas

d'Europe, *Loreamar* propose un somptueux espace thalasso

en rotonde, havre de paix et de bien-être ouvert sur la baie de Saint-Jean-de-Luz. Un lieu de détente absolue, avec sa piscine d'eau de mer chauffée à 31 degrés, où les cures médicalisées sont élaborées par des spécialistes. Pour tous ceux qui vivent à mille à l'heure et qui se sentent fatigués, la cure anti-stress optimisera votre récupération physique et psychique pour mieux relancer votre énergie vitale.



Quel prix ? A partir de 1 950 € par personne en chambre double 6 nuits et demi-pension.
www.luzgrandhotel.fr



Pornic

CURE VITALITÉ ORIENTATION SUPRÊME

Quel cadre ? Face à l'océan, implanté dans l'édifice qui fut le casino de Pornic à la fin du XIX^e siècle, à l'époque des bains de mer, l'hôtel s'est métamorphosé en un magnifique établissement de 120 chambres lumineuses, deux restaurants avec vue sur mer, et deux bars panoramiques, sans oublier l'Espace Forme Thalassothérapie & Spa : 4 000 m² dédiés à la forme, et à l'équilibre.



renouer avec votre potentiel vitalité, un sommeil de qualité, un autre regard sur votre rythme de vie. Le forfait « troubles du sommeil » offre des séances d'hypnose, de sophrologie et de méditation, ainsi que des nouvelles techniques comme l'acupuncture et le Qi Gong.

Quelle cure ? Au programme des nouvelles cures, la cure « Orientation Suprême », permet de reprendre sa santé en main. C'est un concentré antifatigue qui vous permettra de

Quel prix ? A partir de 1 560 € la cure de 6 jours avec hébergement ou 930 € sans hébergement.
www.thalassopornic.com ■ I.N.

