

WELLNESS

HÂUT DE FORME



On appuie sur

LE BOUTON «PAUSE»

Sélectionnées en Suisse, cinq adresses
d'exception pour se faire du bien et affronter
le marathon des fêtes avec un esprit serein.

TEXTE SONJA WERBER

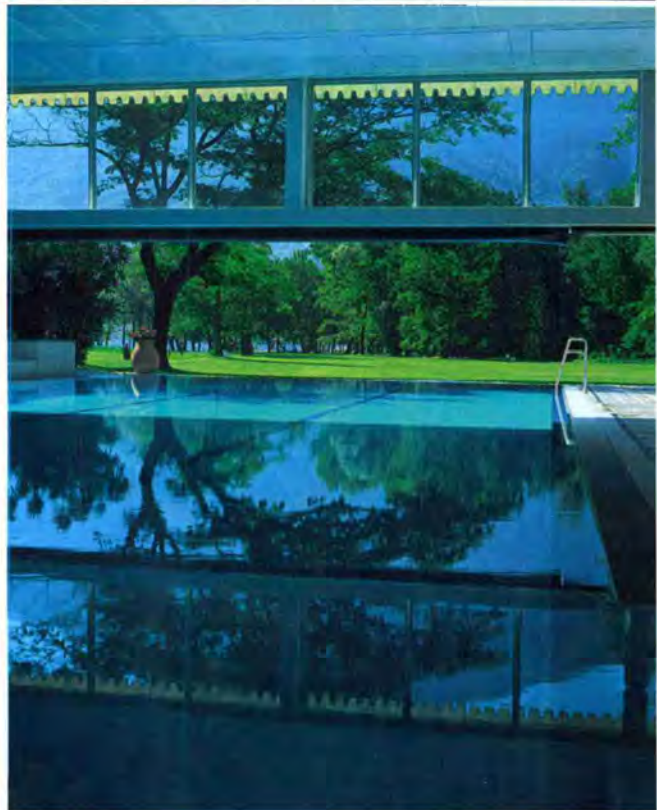


LENKERHOF GOURMET SPA RESORT

LENK IN SIMMENTAL (OBERLAND BERNOIS)

À mille lieues de l'effervescence urbaine, une adresse rare nichée en pleine nature. Ici, les sept sources qui forment la Simme prennent naissance dans une prairie surplombant les chutes d'eau dans le massif du Wildstrubel. Au fil de ses méandres jusqu'au lac de Thoune, la Simme insuffle son énergie fluide aux splendides paysages environnants. Source d'énergie vitale, l'eau est une véritable invitation au repos, au lâcher-prise et à la méditation! Le Spa de ce complexe hôtelier propose des soins originaux: «Signé Lenkerhof», un peeling au foin aux graminées qui rend la peau incroyablement soyeuse. Ou encore un enveloppement de boue qui fait merveille contre les courbatures et la fatigue. Bon à savoir: jusqu'au 20 décembre 2012, pour fêter ses 10 ans d'existence, le Lenkerhof facture les nuitées du dimanche au jeudi au même prix qu'en 2002!

www.lenkerhof.ch



CASTELLO DEL SOLE

ASCONA (TESSIN)

Dans ce havre de silence, on est d'abord séduit par l'espace! Sur 110 000 m² (le plus grand parc d'hôtel du Tessin) au bord du lac Majeur, entre patios, pavillons-suites, plage privée, piscines, se déploie l'architecture d'un manoir méridional raffiné. Au restaurant gastronomique «Locanda Barbarossa», le chef de cuisine Othmar Schlegel vous invite à savourer sa cuisine italo-méditerranéenne. Quant au Castello Spa, 2500 m² de pur bien-être, il offre en exclusivité sa Vino-Aqua-Therapy, à base de raisins de sa propre viticulture, ainsi que sa propre ligne de cosmétiques

www.castellodelsole.com



HOSTELLERIE DU PAS DE L'OURS

CRANS-MONTANA (VALAIS)

Sauna, hammam, solarium... Le ski sur les pistes mondialement réputées de Crans-Montana n'est pas le seul plaisir que vous réserve ce chalet construit selon les règles les plus nobles de l'architecture montagnarde. Façades en bois d'origine, intérieurs aux murs de pierres, suites et juniors suites avec cheminées et bains bouillonnants, vue sur les cimes enneigées...

Ici, le charme est partout. Le «Bistrot des Ours» vous propose une cuisine généreuse dans une ambiance cosy. Quant au SPA L'Alpage, il prodigue un éventail personnalisé de soins régénérants ainsi que des protocoles de beauté **After the Rain** et Dr Burgener. Un océan de zénitude là haut sur la montagne!

www.pasdelours.ch

HÔTEL LES SOURCES DES ALPES

LOËCHE-LES-BAINS (VALAIS)

Certaines expériences sont inoubliables, à l'image de ce bain chaud et régénérant dans des eaux thermales à 36°... en plein air dans un environnement enneigé. Bienvenue aux Sources des Alpes Spa et Beauty, où sont prodigués massages aux pierres chaudes et aux huiles essentielles, fango, soins amincissants ou sculptants. Côté restaurant, une cuisine fraîche et équilibrée qui exalte les saveurs de la terre ou de la mer. La devise du chef, «Soyons gourmets mais avec sagesse», prend tout son sens dans ce temple de la remise en forme!

www.sourcesdesalpes.ch

