



> Tous les bienfaits de la montagne en un seul spa.

LE PLUS MONTAGNARD

BÉLA VYA À SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

POUR CEUX QUI AIMENT... se plonger dans un bain de lait et de miel du pays (bain de Marie : 20 min/59 euros) à La Bouitte, qui signifie « petite maison » en patois savoyard. En franchissant la vieille porte de cet hôtel, on s'offre une parenthèse relaxante et gourmande chez Marie-Louise et René Meilleur, où lait, eau, miel et herbes aromatiques se déclinent en massages et bains pour chasser stress et fatigue et se désintoxiquer.

LE CONCEPT. Sous le toit de La Bouitte, un spa qui joue la carte de la nature, à l'image de la cuisine des chefs étoilés René et Maxime Meilleur (père et fils) à base de produits du cru et de la cueillette des herbes de la montagne.

LE MUST. Le Solant de foin, un bain de vapeur au foin énergisant coupé à plus de 1 400 m d'altitude dans la vallée pendant l'été et aux senteurs alpestres très odorantes (30 min/35 euros, le plus petit prix).

LE BÉMOL. La carte des soins (quatre massages relaxants et énergisants et deux formules de bains tonifiants et hydratants) mérite d'être étoffée afin que l'on puisse profiter encore plus de l'originalité et de l'efficacité de ces remèdes ancestraux concoctés avec des éléments naturels de la vallée.

■ Hôtel La Bouitte / Hameau de Saint-Marcel / 73440 Saint-Martin-de-Belleville / 04 79 08 96 77 / www.la-bouitte.com

ET AUSSI...

Le spa des Clarines à Corrençon-en-Vercors est la première adresse bien-être du Vercors. Dans un décor de bois blond

d'épicéa, la pierre noire du Massif central côtoie l'ardoise, le zinc et les éclats de marbre façon galets. Ici, on profite de la spécialité locale : le gommage du corps au miel du Vercors (30 min/40 euros). Hammam, sauna et jacuzzi XXL, luminothérapie et rituels à base de cosmétiques 100 % naturels font de cet espace un cocon harmonieux bien pensé.

■ www.lesclarines.com

LE PLUS BIO

SPA CLÉ DES CHAMPS À LYON

POUR CEUX QUI AIMENT... être « biotifils » : soins de saison pour votre équilibre énergétique interne, labellisés Cosmebio et certifiés Ecocert. Ce spa chic aux accents champêtres et aux motifs de tomates vertes se métamorphose au fil des saisons grâce à un jeu de parfums et de couleurs.

LE CONCEPT. Les protocoles de soins Clé des Champs, imaginés par Céline Claret-Coquet, docteur en médecine traditionnelle chinoise, intègrent le rythme des saisons, car chaque organe correspond à une saison, à un aspect cutané et à un état émotionnel. Chaque période de l'année apporte son bouquet d'essences naturelles pour que votre peau soit plus belle. Pour l'automne : extrait de châtaigne, éclats de cire d'olivier et de miel vanillé.

LE MUST. L'aculifting, selon un protocole de beauté unique appelé « Les aiguilles en or de Céline » (prix sur demande), est une technique d'acupuncture aux effets régénérants exceptionnels, qui ralentit le processus de vieillissement cutané tel

un lifting naturel de la peau. Le résultat est bluffant.

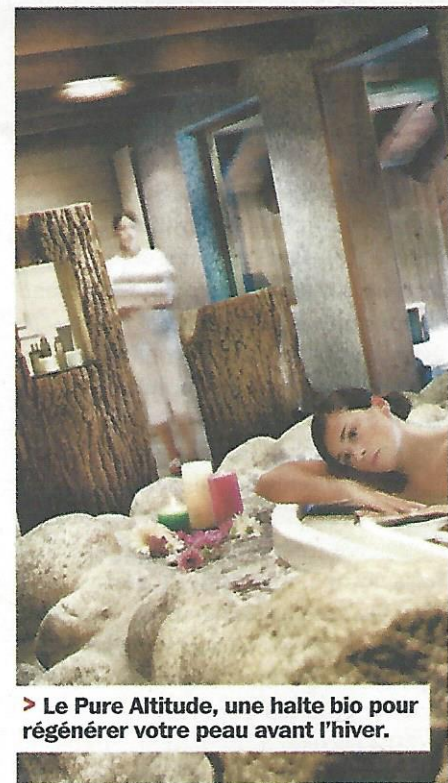
LE BÉMOL. Les tarifs sont élevés, mais à la hauteur des prestations (89 euros/1 h) et le plus petit prix des soins de l'automne. Il faut penser à réserver à l'avance, le spa ne proposant que quelques salles de soins.

■ Clé des Champs / 113, rue Du Guesclin / Lyon 6^e / 04 37 24 12 41 / www.cledeschamps.eu

ET AUSSI...

Les spas Pure Altitude de Jocelyne et Jean-Pierre Sibuet, pionniers du genre en montagne, prodiguent des soins certifiés Ecocert à base d'edelweiss, fameuse plante des cimes connue pour être un antioxydant puissant. Conjugué à d'autres plantes comme la mélisse, la menthe, la gentiane ou l'arnica, il redonne de l'éclat aux teints les plus ternes. Le soin Grand Froid (80 min/125 euros), le gommage Gourmandise (50 min/108 euros) au miel et à la cassonade avec bain au jasmin et le gommage Blanc comme neige (50 min/108 euros) aux cristaux de neige à la crème font partie de la multitude de soins imaginés et expérimentés sur place. Un concept à la déco végétale et minérale, boisée ou givrée, pour quatre pied-à-terre dans la région : les Fermes de Marie, l'hôtel Mont-Blanc et le Lodge Park à Megève, la Cour des Loges à Lyon.

■ www.pure-altitude.com



> Le Pure Altitude, une halte bio pour régénérer votre peau avant l'hiver.