





Décryptage

Bien-être

Bienvenue au Spa paradisi

Magiques, ces soins exquis à savourer sur le pouce. Dépaysement total, déconnexion 5 étoiles... En installant des spas divins au sein de leurs établissements, les hôtels de luxe poussent le curseur du bien-être un cran plus loin. Plus qu'une aubaine, un Eden !

Par Aurélia Lebailly. Illustrateur, George Greaves

Une terrasse de café à Paris, à l'heure du déjeuner : « *Et si on se faisait un spa ?* », lance Louisa, 34 ans, directrice artistique, à son amie. Si cette phrase, captée à la volée, paraît presque banale, elle met en exergue un phénomène qui prend de l'ampleur : le business des spas ne s'est jamais aussi bien porté. Entre l'hiver qui fait son grand retour, le trop-plein de fatigue accumulé depuis la rentrée, le besoin absolu de se détendre et l'envie de se faire dorloter, les Français sont de plus en plus nombreux à pousser la porte des hôtels de luxe pour profiter de mains expertes. Massage, hammam, gommage ou concepts plus originaux, les cartes de soins ne cessent de s'étoffer pour répondre à la demande des clients. « *Sur les 150 hôtels de notre réseau, 78 d'entre eux disposent d'un spa*, explique Margaux Gangloff, responsable communication pour Hôtels & Préférence. *Aujourd'hui, les hôteliers se sont vite aperçus que d'un point de vue investissement, il est préférable d'avoir un spa plutôt qu'un terrain de tennis ou un golf. C'est la demande la plus forte. 70 % des clients qui veulent partir en week-end dans l'un de nos hôtels nous demandent s'il y a un spa sur place.* »

« Un cocon de bien-être »

58 % des spas recensés dans l'Hexagone sont situés dans des hôtels 4 étoiles, qui n'ont plus l'air d'impressionner les candidates à la relaxation. Élixa, 46 ans, juriste, n'échappe pas à la tendance : « *J'ai franchi pour la première fois les portes d'un palace il y a sept ans. Si j'ai d'abord été impressionnée, je n'ai pas regretté une seule seconde. J'ai été propulsée dans un havre de paix, un paradis. Depuis, j'essaie de m'accorder ce moment hors du temps une fois par trimestre environ.* » La relaxation, qui constitue la demande principale dans les spas, devient même pluridimensionnelle : les établissements proposent ainsi une offre plus large focalisée autour du bien-être dans sa globalité. « *On a basculé dans une approche lifestyle de la beauté où l'on préfère s'offrir des moments relaxants plutôt que des*

produits, confirme Nolwenn Quintin, attachée de presse beauté à l'agence Pascale Venot, qui poursuit : « *Certains hôtels n'hésitent pas à ajouter des packages bien-être regroupant un massage, une séance de sport et un repas healthy, par exemple. Une expérience parfaite pour lâcher prise à 100 %.* » Même son de cloche pour Anna Pierzak, directrice du Mandarin Oriental Paris, adresse ultrachic de la rue Saint-Honoré : « *Plusieurs activités se sont développées pour que le spa devienne un cocon de bien-être : soins du corps, méditation, détox, yoga, musicothérapie, nutrition... Le spa est aujourd'hui un lieu qui fait partie de nos activités habituelles.* »

Fuir le stress

Si le spa était jadis considéré comme un luxe, la quête de bien-être est la résultante du rythme effréné de nos emplois du temps. Les risques de burn-out et de dépression sont monnaie courante, d'où l'idée de s'octroyer des moments pour libérer son stress et repartir de plus belle. D'après Pascale Brousse, directrice de l'agence prospective Trend Sourcing, « *depuis quelques années déjà, les Millennials ont intégré la notion de santé et bien-être dans leur routine journalière* ». La cause principale ? Les réseaux sociaux, dont Instagram, qui ne cessent de prôner un mode de vie sain où le sport, l'alimentation et la relaxation sont rois.

Clarins l'a bien compris, qui a dévoilé, en mai dernier, son nouveau temple de la détente en plein cœur de la capitale. Un concept inédit pour ceux qui souhaitent s'offrir une pause zen. Le principe ? Se faire du bien avec un soin de 30 minutes pour 30 euros seulement, avec ou sans rendez-vous. Sur le terrain du bien-être facile et rapide, Rituals a également conquis le cœur des Français en lançant son premier « Urban Spa », situé sous la Canopée des Halles, qui offre des soins de mains et de pieds en un minimum de temps (de 15 à 30 minutes) et à petits prix (de 12,5 à 35 €). Se faire plaisir. Vite fait. Mais bien fait.



Entre Orient et Occident

Fusionner les deux continents... Voilà le pari – réussi – du Spa Peninsula, niché dans le palace de l'avenue Kléber. Fidèle à ses origines asiatiques, cet écrin de bien-être promet d'arrêter le tourbillon de la vie parisienne le temps d'un instant, en associant le meilleur de chaque culture. Notre coup de cœur : le soin lumière Cha Ling qui élimine les toxines, favorise la régénération et prévient les marques du temps.

The Peninsula Paris : 19, av. Kléber, Paris 16^e
paris.peninsula.com/fr

Décryptage Bien-être



Remise en forme

La Réserve Paris-Hotel and Spa propose son nouveau rituel « Be Healthy ». Soufflez, respirez et demandez le programme : un coaching sportif privé (fitness, aquagym ou natation), une séance de hammam, un massage revitalisant et un petit-déjeuner végétalien créé par le Chef étoilé Jérôme Banctel.

La Réserve Paris Hôtel & Spa :
42, av. Gabriel, Paris 8^e
lareserve-paris.com/fr

NOS BONNS PLANS SPAS EN FRANCE

Massages, fitness, hammam, en plein air ou dans un spa de luxe...
Six adresses tip-top pour prendre soin de soi.



Kit mains libres

Votre angoisse est d'oublier votre téléphone chez vous avant d'aller au bureau ? Optez pour une « Digital Détox », le nouveau concept du Grand Hôtel de Saint-Jean-de-Luz, qui propose à ses clients d'abandonner les appareils connectés pendant leur séjour. Si vous ne pouvez pas instagrammer la jolie terrasse face à l'océan, vous aurez néanmoins la privauté d'en profiter de visu.

Le Grand Hôtel Thalasso & Spa :
43, bd Thiers, 64500 Saint-Jean-de-Luz
luzgrandhotel.fr

Gordes à vous !

Perchée à flanc de roche et offrant une vue panoramique sur le paysage spectaculaire de la Vallée du Lubéron, la Bastide de Gordes appelle à la déconnexion. Notre coup de cœur ? Le soin-signature Sisley, qui allie un gommage corporel revigorant associé au Soin Phyto-Aromatique Relaxant Confort Extrême, pour apporter un réconfort et une sensation de bien-être immédiats. Et s'il est réalisé en plein air sur une des terrasses privatives, c'est encore mieux !

La Bastide de Gordes : Le Village,
84220 Gordes, bastide-de-gordes.com



Cap sur le rocher

Il suffit de pousser les portes du tout nouveau Spa Métropole by Givenchy à Monaco pour se laisser porter hors du temps dans une atmosphère vibrante et intimiste. Le détail qui fait mouche ? Chaque client peut choisir une fragrance qui l'accompagnera tout au long de son expérience, apposée sur un tissu glissé dans la poche de son peignoir ou sur la table de massage.

Hôtel Métropole : 4, av. de la Madone, 98000 Monaco
metropole.com/fr/spa-montecarlo

Assurance vigne

À proximité du Pont du Gard, le Vieux Castillon, un hôtel lumineux bourré de charme, s'ouvre sur une magnifique vue sur les vignobles. Pourquoi y va-t-on ? Pour chiller au bord de la piscine bleue azur et goûter au plaisir du massage relaxant à la fleur de cerisier du Spa by L'Occitane, qui allie effleurages suédois, points de pression chinois et modelages balinais.

Spa by L'Occitane - Vieux Castillon :
10, rue Turion Sabatier,
30210 Castillon-du-Gard
vieuxcastillon.fr/hotel-luxe/spa-by-loccitane



VISUELS PRESSE

La Parisienne