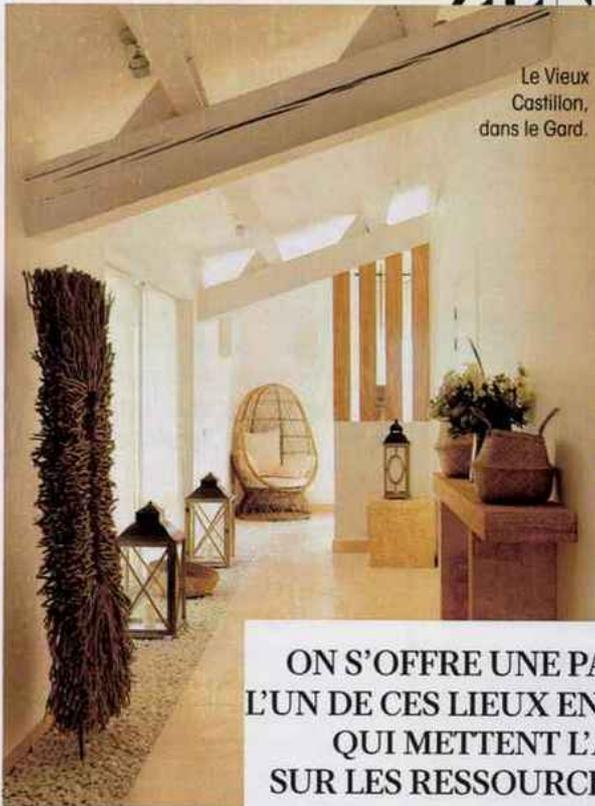




Notebookbien-être

ZEN en Provence



Le Vieux
Castillon,
dans le Gard.



L'Hôtel Spa
Jules César,
à Arles.

**ON S'OFFRE UNE PAUSE DANS
L'UN DE CES LIEUX ENCHANTEURS,
QUI METTENT L'ACCENT
SUR LES RESSOURCES LOCALES.**

THERMES À L'ANTIQUE

Décoré par Christian Lacroix, le lieu s'inspire de Pompéi avec fresques et mosaïques romaines. Inouï ! Des pièces de sudation, un bain-baquet bouillonnant et un spa Cinq Mondes qui propose un Massage Impératif (tête, nuque et visage, 20 minutes, 50 €) pour détendre les suractifs. Si l'on veut faire des agapes, le forfait Snacking & spa dure tout l'été (75 €).

Hôtel Spa Jules César, 9, boulevard des Lices,
13200 Arles. hotel-julescesar.fr

SPA INTIMISTE

En plein centre-ville, cette maison privée domine un jardin calme et abrite un spa blanc, au style presque monacal très apaisant. Le hammam sent bon le jasmin, les rituels anti-âge et les modelages sur mesure

sont signés Carita. Le best ? Le Soin Rénovateur visage aux particules végétales pour faire peau neuve (1 h 30, 200 €).

Hôtel Particulier, 4, rue de la Monnaie,
13200 Arles. hotel-particulier.com

MAS DE LUXE

Au cœur des Alpilles, ce domaine d'exception est aimé des stars pour sa vue imprenable et sa situation en pleine nature. Le spa s'inscrit dans la pure tradition provençale avec des soins bios à l'olive ou les Soins Phyto-Aromatiques Sisley. À essayer : L'Immersion en Provence (90 minutes, 230 €), avec massage du corps et du visage, modelage crânien et réflexologie plantaire.

Une art-thérapeute propose aussi des séances de méditation.

Hôtel spa Baumanière, Mas de Baumanière,
13520 Les Baux-de-Provence. baumaniere.com

SOINS CAMARGUAIS

Entre maison et château, ce lieu historique, situé dans les remparts d'Aigues-Mortes, est chic et cosy. Au spa Eclairé, on peut découvrir les vertus d'une microalgue rose de Camargue (la *Dunaliella salina*) aux bienfaits anti-âge et reminéralisants. Gommage, modelage au sel marin, rituel défatigant... À tester absolument (50 minutes, entre 65 et 85 €).

Hôtel des Remparts, 6, place Anatole-France,
30220 Aigues-Mortes. remparts-aiguemortes.fr

HAVRE DE PAIX

Ce mas de belles pierres surplombe la vallée du Gard. Le spa L'Occitane propose un Massage Signature avec un ingrédient phare de la région : la cerise, et plus précisément sa fleur douce et apaisante. Effleurages suédois, points de pression chinois et modelages balinais permettent de stimuler la circulation et de dénouer les tensions.

Le Vieux Castillon, 10, rue Turion-Sabatier,
30210 Castillon-du-Gard. vieuxcastillon.fr