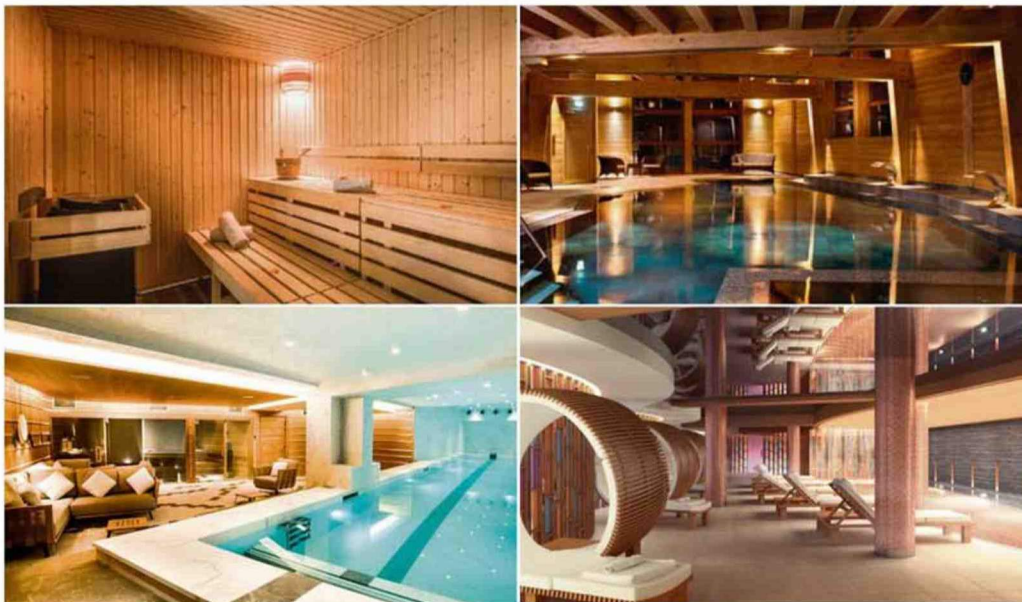


# Bien-être en altitude

Les stations de montagne se sont équipées de spas haut de gamme. Sélection des principales nouveautés de l'hiver 2017



De gauche à droite : sauna au Grand Aigle Hôtel, à Serre-Chevalier ; la piscine d'Au cœur du village, à la Clusaz et celle de La Mourra à Val-d'Isère ; espace détente au spa de l'hôtel Barrière Les Neiges, à Courchevel. MICKAËL GOUPIL ; BARRIÈRE RESORT ; DR ; LUDOVIC DI ORIO

CHARLOTTE LANGRAND @chalangrand

Le ski n'est plus le seul argument pour partir en montagne l'hiver. Les stations ont dû évoluer en proposant d'autres activités en complément du forfait neige. De nombreux hôtels de montagne se sont lancés dans des rénovations pour monter en gamme mais aussi pour s'équiper d'infrastructures et proposer des activités. Parmi elles, on trouve une offre bien-être avec les spas. Piscines, Jacuzzi ou massages sont devenus de vrais arguments pour attirer les skieurs et leurs accompagnants. Sélection des nouveautés des spas de montagne pour l'hiver 2017.

## ► EN PRIVÉ À SERRE-CHEVALIER (05)

Le spa Pure Altitude de l'hôtel Grand Aigle se transforme en espace VIP : disponible à la privatisation, il donne accès au Jacuzzi, au sauna et à l'espace détente pendant une heure, à deux, avec bouteille de champagne et cinquante minutes de massage en duo. [hoteltgrandaigle.com](http://hoteltgrandaigle.com)

## ► GRAND LUXE À COURCHEVEL (73)

Avec ses hôtels de luxe, la station offre de multiples façons de profiter des spas de montagne. Efficace, avec la cabine de cryothérapie Cryoness au spa du palace Les Airelles : une méthode de soin par le grand froid (3 min entre -110 C° et -170 C°) qui aide le corps à

se régénérer et procure une sensation de bien-être durable. Grandiose, avec le spa de l'hôtel Barrière Les Neiges, à partir du 16 décembre : lumière naturelle, piscine, cascade et soins spécifiques de Biologique recherche et Ligne St-Barth, comme le modelage après-ski « Rituel du soleil » ou « Alpine chic ». Spécialisée, avec les soins du nouveau spa Six Senses qui soulagent les douleurs musculaires et articulaires, favorisent la libération du stress et un bien-être général. Bonus santé : un bar à jus pour nourrir la flore intestinale. [airelles.fr](http://airelles.fr), [hotelsbarriere.com](http://hotelsbarriere.com) et [one-courchevel.com](http://one-courchevel.com)

## ► EFFLUVES DE KARITÉ À VAL-THORENS (73)

L'hôtel-refuge Le Pashmina, situé au bord des pistes, allie la haute montagne et l'altitude à un spa by L'Occitane, avec un soin signature de soixante minutes : doux puis tonique, de la tête aux pieds, il est entièrement prodigué parmi les effluves de karité, d'huile de baobab et de dattier du désert composant l'Huile Fabuleuse de la marque. [hotelpashmina.com](http://hotelpashmina.com)

## ► EFFET THERMAL À BRIDES-LES-BAINS (73)

En plus d'être une station de ski du domaine des 3 Vallées, Brides est aussi une station thermale dont l'eau est reconnue pour ses vertus sur la circulation. Pour récupérer, rien de tel que le forfait « Jambes tonic », des massages exotiques

exécutés par des kinésithérapeutes et des rituels de beauté des marques Sothys et Biologique Recherche. En pleine rénovation, les thermes ouvriront pour les vacances de février.

[legrandspathermal.com](http://legrandspathermal.com)

## ► SOINS SPORTIFS À VAL-D'ISÈRE (73)

L'hôtel-village La Mourra est constitué de quatre chalets de luxe indépendants, reliés entre eux par le sous-sol et ayant notamment un accès au grand spa doté d'une piscine de 17 m de long, d'un sauna et d'un hammam. Les massages pour se remettre du ski sont réalisés par des kinésithérapeutes et des ostéopathes.

[hotellamourra.com](http://hotellamourra.com)

## ► MASSAGES RELAXANTS À LA CLUSAZ (74)

Trois offres vous sont proposées pour profiter du bien-être à la montagne : des ateliers cosmétiques bio avec une ancienne championne de ski de bosses, Raphaëlle Monod Sjöström, créatrice d'une nouvelle marque de beauté naturelle ; de la relaxation aquatique encadrée par un moniteur de plongée ; des soins de spa Carita et Cinq Mondes, comme la formule de retour de ski « Horizon montagne », comprenant un gommage aux épices, un massage relaxant après-ski et un soin du visage pour réparer la peau séchée par le froid.

[hotel-aucoeurduvillage.fr](http://hotel-aucoeurduvillage.fr)