



## BEAUTÉ SPA

TEXTE : ANNE-MARIE CATTELAÏN-LE DÙ

# L'ESPRIT COCON

Retrouver la nature sans limites. Poser ses valises pour savourer le bonheur d'une table partagée, d'un verre devant une cheminée, après avoir lâché prise entre les mains d'un thérapeute expert en l'art de dénouer les tensions, détendre les muscles. C'est aussi ça, la montagne, se réapproprier son corps. Dix escales bien-être à découvrir...





## HÔTEL M, LE VERTUEUX

**Le spot :** au centre du village, version chalet contemporain, ce 5 étoiles décline 42 chambres vitaminées.

**Le cocon :** un spa stylé, en bois et pierre avec hammam taillé dans la roche, piscine à contre-courant, quatre cabines, une table de massage au sable chaud.

**Les soins by :** Clarins, maison française de la famille Courtin, respectueuse de la nature comme des producteurs qui la fournissent.

**L'incontournable :** le massage Feel-Good, 100 % personnalisable, du choix de l'huile jusqu'à la pression et les parties du corps à privilégier. 60 mn, effets physique et moral. Idéal en fin de séjour (140 €).

**Et aussi, à la carte :** coach de yoga, balnéo de 300 m<sup>2</sup>, spa enfants Too Fruit, espace beauté, soins ayurvédiques du cheveu ([mdemegeve.com](http://mdemegeve.com)). ➤➤

