



bien-être

RELAXATION MAXIMALE

COUP DE CŒUR Gastronomique

L'adresse reste incontournable avec, en sus, le Gaya, restaurant désormais tenu par Pierre Gagnaire. La cuisine y est exceptionnelle, aussi bien avant qu'après les soins. L'offre Parenthèse - Détente de six soins est à partir de 140 €.

◆ **La Grande Terrasse, avenue de la Falaise, Châtelailon-Plage. 05-46-56-17-17. la-grande-terrasse.com**

Pour buller

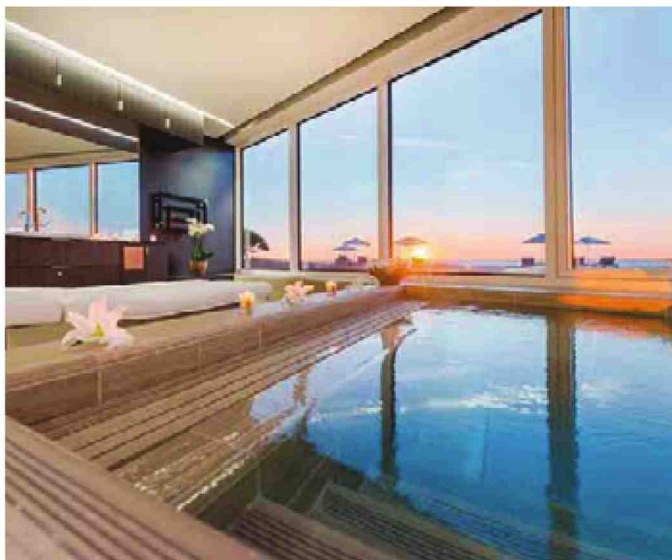
Lové sur l'île de Ré, cet établissement est un havre de paix avec ses soins vivifiants ou reposants. Il ne faut pas manquer les ateliers massage. Au spa, une coupe de champagne vous sera offerte... Le prix des soins et de la nuitée commence à 173 €.

◆ **La Baronnie Hôtel & Spa, 17-21, rue du Baron-de-Chantal, Saint-Martin-de-Ré. 05-46-09-21-29. hotel-labaronnie.com**

Un classique

Cet hôtel trois étoiles dispose d'un spa sur jardin, propose des massages et des cours de yoga. La formule rajeunissement de cinq soins est à 250 €. Le Chat Botté a aussi son restaurant : ce lieu douillet de Saint-Clément-des-Baleines est décidément parfait pour enchanter tous les sens.

◆ **Le Chat Botté, place de l'Eglise, Saint-Clément-des-Baleines. 05-46-29-21-93. hotelchatbotte.com**



SYLVIE CURTY

Dans son écrin luxueux, le spa de la Grande Terrasse abrite aussi un excellent restaurant.

Petits bonheurs

Pour se prélasser et se faire masser, direction le sauna et le hammam. Soins du visage, rituel décontractant du dos, massage oriental, modelage, gommage, soin des mains, des pieds : toutes les options sont possibles. A partir de 40 €.

◆ **Au spa, 30, avenue du Grand-Large, Nieul-sur-Mer. 05-46-37-62-12. auspa.fr**

Halte thalasso**Déjeuner dans l'eau**

Avec ses piscines d'eau de mer chauffée, ses hammams et ses saunas, cet établissement jouit d'une solide (et excellente) réputation.

A noter qu'une formule à 28 € comprend le déjeuner et l'accès libre à l'espace marin pour la journée.

◆ **Côté thalasso, avenue d'Antioche, Ars-en-Ré. 05-46-29-10-00. cote-thalasso.fr**

Envoûtant

Des soins en première classe, dans un cadre exceptionnel. « J'ai créé le concept Nuxe spa pour donner à la marque des lieux où s'expriment beauté et bien-être, émotions et sensations », explique Aliza Jabès, fondatrice de Nuxe. Au sein de l'hôtel Ibis, un endroit envoûtant est consacré aux soins de thalassothérapie de la marque Nuxe. À partir de 40 €.

◆ **Hôtel Ibis Styles Thalasso, avenue de la Falaise, Châtelailon-Plage. 05-46-56-35-35. thalasso-passion.fr**