

SPAS hors-piste

A la montagne, il n'y a pas que le ski... Accordez-vous quelques heures entre deux descentes pour faire le plein d'énergie.



vue
flante sur les
es, la piscine
de L'Altapura
véritable
se de détente,
e soit la météo!

Val-Thorens



LE LIEU L'Altapura, un 5* à l'atmosphère nordique chic, niché à 2 300 mètres d'altitude.

LE SPA Signé Pure Altitude, marque de soins à l'edelweiss créée par Jocelyne Sibuet, propriétaire des lieux, il se déploie sur plus de 1 000 m² avec cabines décorées façon forêt de bouleaux, espace fitness Technogym, piscine intérieure-extérieure, douches cascades, fontaine de glace pilée, sauna XXL et bien d'autres surprises encore!

LE SOIN QUI BUZZE Le Rituel à la bougie (50 mn, 125 €), un soin massage à la bougie-baume qui nourrit la peau en profondeur tout en détendant les muscles. A essayer aussi : le Rituel Energétique des Alpes (1 h 20, 160 €) qui associe des manœuvres manuelles à des petits baluchons en lin, gorgés de sels et plantes de montagne. Tél. : 04 80 36 80 36 (altapura.fr).



al-d'Isère

LE LIEU Le Yule, dernier-né de la station, un établissement 5* récemment placé au pied des pistes et des commerces.

LE SPA Un havre de paix (400 m²) signé Nuxe, avec piscine et hammam offrant une vue sur les pistes enneigées. Dans les cabines, les murs en pierre striée alternent des tonalités de gris, blanc et beige qui rappellent l'atmosphère scandinave de l'hôtel. On oublie le hammam, saunas, tisanerie, salon de coiffure et salle de fitness.

LE SOIN QUI BUZZE Le Massage Nuxe Le Yule qui détend les muscles en alternant mouvements toniques, d'inspiration scandinave, et utilisation de boules en cristal bleues, froides et tièdes. Durée : 1 h 30, 145 €. Tél. : 04 79 06 11 73 (leyule.fr).

LE LIEU Le Strato, l'un des 5* les plus luxueux et prisés de Courchevel 1850.

LE SPA 800 m² de rêve signés Sothys. Impossible de ne pas tomber sous le charme de la déco mixant ardoise et lustre noir Murano ni de la piscine avec vue panoramique sur la montagne.

LE SOIN QUI BUZZE Ou plutôt l'homme qui buzz... Tom Costerg, diplômé de Sivananda Yoga, propose des cours de méditation en solo ou à plusieurs, pour travailler l'équilibre, booster le renforcement musculaire et améliorer sa respiration. A essayer aussi : le modelage signature Le Strato, réalisé à base d'huiles tonifiantes (cyprès, reine-des-près...), top pour se requinquer après une journée tout schuss (1 h, 165 €). Tél. : 04 79 41 51 66 (hotelstrato.com).



Courchevel