

ÉVASION

Spécial Thermalies 2011

## La cure thermale est l'occasion d'adopter une nouvelle hygiène de vie

### Côté thermalisme

#### De pied en cap à Vichy

**Le point fort:** un diagnostic de l'état de la peau réalisé par l'Institut des laboratoires Vichy, installé dans les thermes Célestins. Des hydrothérapeutes aux mains expertes (incomparables drainages du ventre) réalisent, dans un décor de marbre, 22 soins dont beaucoup d'innovants, tels l'"Iyashi dôme" (caisson à sudation), la luxopuncture (à l'aide d'un faisceau infrarouge) ou la lipocavitation (massage par ultrasons). Pour mieux profiter de son séjour, on choisit la gastronomie légère de la pension complète.

**Pratique:** à partir de 1 776 € les 6 jours-6 nuits avec petit déjeuner au Vichy Spa Hôtel & resort les Célestins, 4 étoiles, 04 70 30 82 82.

#### Top 50 à Bagnoles-de-l'Orne

**Le point fort:** une approche sans tabou de la ménopause. Des marches dans la forêt normande, des repas diététiques et des soins dans les eaux aux indications gynécologiques alternent avec bilans médicaux et ateliers santé consacrés aux bouffées de chaleur, ostéoporose et autres bouleversements de l'âge.

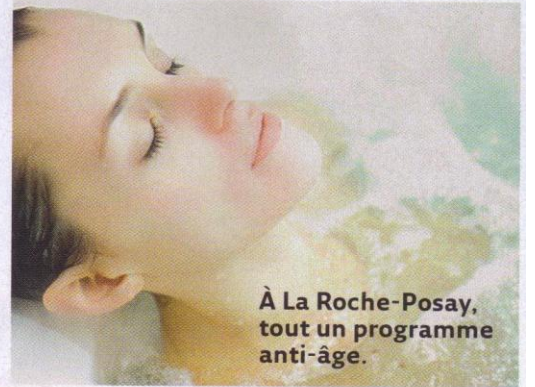
**Pratique:** à partir de 1 058 € les 6 jours-

6 nuits en demi-pension, en résidence 2 étoiles, 08 11 90 22 33.

#### Corps régénéré à La Roche-Posay

**Le point fort:** l'usage de deux palpers-roulers dernière génération, Velasmooth et Electro gym. La station poitevine a conçu un programme anti-âge en trois versions, "Minceur", "Homme" ou "Cocon". Il comprend une consultation de médecine anti-âge, un conseil esthétique, trois soins de visage anti-âge, un gommage du corps au rhassoul, un soin des mains, pieds et ongles. Vite, une pause.

**Pratique:** à partir de 1 370 € les 6 jours-6 nuits, demi-pension en hôtel 3 étoiles. Spa Mélusine: 05 49 19 48 00.



À La Roche-Posay, tout un programme anti-âge.

## LES CURES ANTI-

Alléger les maux articulaires ou musculaires, entretenir la souplesse, bref, rendre la vie plus légère, les eaux l'ont