

L'OFFICIEL

On a trouvé le meilleur endroit pour se préparer à l'hiver



Reading time 2 minutes

Cette cachette 5 étoiles nichée face au Mont Ventoux lance ses retraites bien-être et nutrition sur-mesure, qui répond à une quête du « mieux-vivre ». De circonstance.

20.10.2020
by Karen Rouach



Avis aux urbains hyperactifs, l'Hotel Crillon Le Brave, a fait appel à **Victoire Spoerry**, créatrice de voyages bien être (**Wellness by LMSV**) pour concevoir des retraites personnalisées. Une expérience plus que bienvenue en ces temps incertains, où la reconnexion avec soi-même est au coeur de nos préoccupations.

Forte de son expérience avec des experts de tout horizon (grand maître yogi, naturopathe...), et épaulée par Laurie-Anne Duval, Victoire propose à Crillon Le Brave une autre vision de la Provence, hédoniste, chic et cool. Après le programme "**Endless Summer**", qui tendait à **maximiser les effets de l'été**, la retraite "**A Booster for Winter**", **préparera quant à elle notre corps pour l'hiver**, en boostant son immunité.

Offre gastronomique végétale élaborée par la Cheffe Anissa Boulesteix, réveil énergétique et méditation dynamique, workshop spécial nutrition, marche afghane vitalisante, bilan complet individuel, naturopathie et médecine chinoise, Qi Gong, auto-massage... Les activités ne manquent pas et vous rendront une meilleure version de vous même en seulement quelques jours.

L'Hotel Crillon Le Brave, rénové par Charles Zana une fois repris par le groupe Maisons Pariente, se compose de petites maisons typiquement provençales auxquelles on accède prudemment, en se perdant dans les ruelles et en descendant bon nombre d'escaliers. La piscine, très bien cachée, vaut le détour et la photo Instagram. Un véritable petit village rétro, non loin de la gare d'Avignon, à découvrir sans plus tarder ou à inscrire sur sa *wishlist*.

Du 22 au 25 octobre 2020, www.crillonlebrave.com



