

spa.

BEAUTE



Palace Merano.

LE MAGAZINE DES DÉCIDEURS
spa | beauté | bien-être | santé

N°86 | OCTOBRE 2022 | 9€

DÉTENTE AU ROYAL MONCEAU

Face à une vie trépidante, où il est parfois compliqué de prendre du temps pour soi, Le Royal Monceau - Raffles Paris propose une nouvelle expérience pour vivre la meilleure "Morning Routine".

Cette offre permet de s'accorder une parenthèse le temps d'une matinée pour bien démarrer le week-end. Une réelle invitation à la détente et à la reconnexion au corps. Rendez-vous à partir de 8h30 au restaurant La Cuisine pour profiter d'un petit-déjeuner buffet avec le choix d'un "Detox breakfast goal" à découvrir à travers un menu suggérant les meilleures options healthy. À 10h, l'expérience continue



Photo : @Zoe Figli.



Photo : @Karine Bouvetier.

avec une séance de yoga dans le Paradis Blanc imaginé par Philippe Starck : Le Spa Clarins & myBlend. Un cours d'une heure de hatha yoga dynamique est proposé. Pour poursuivre la relaxation et terminer la matinée en beauté, un accès au spa est proposé jusqu'à midi, accompagné d'un jus détox. La promesse de retrouver un bien être mental et physique.

ASTROTHÉRAPIE AU DOMAINE DE VERCHANT

Le Domaine de Verchant à Castelnau-le-Lez (Hérault) accueille une nouvelle discipline d'accompagnement personnel : l'astrothérapie ou l'astro-coaching.

Jannick d'Angelo utilise l'astrologie pour explorer sa personnalité, et d'autre part, il propose un accompagnement thérapeutique pour permettre au patient de mieux se connaître, de s'écouter et de (re) trouver son équilibre. Cette forme d'accompagnement s'appuie sur l'astro-psychologie, une discipline de tradition américaine et anglaise, encore très peu développée en France. L'astrothérapie est une approche qui consiste à utiliser la carte astrologique de naissance afin de répondre à une demande ou un objectif personnel. Elle représente aujourd'hui un outil sérieux et accessible pour le développement

personnel et la connaissance de soi, grâce à des conseils personnalisés adaptés à chacun. Prendre conscience de cela et se pencher sur l'influence des astres peut devenir source de bien-être et de lâcher-prise. Jannick d'Angelo va déterminer tout d'abord à l'aide du thème les forces et les vulnérabilités concernant les différentes facettes dominante de la personnalité, des comportements, de la santé émotionnelle et énergétique du client concerné. L'astro-coaching se base sur les principes de sa constitution innée avec comme but de développer sa connaissance de soi et éclairer ses besoins essentiels de vie.

ÉVASION WELLNESS

L'Hôtel Crillon le Brave***** prolonge la saison et propose une saison (re) découverte du terroir grâce à d'authentiques week-ends sur-mesure.

Au cœur du Vaucluse, l'hôtel-village 5 étoiles Crillon le Brave qui borde le Mont Ventoux est une véritable bulle de tranquillité hors du temps tout en charme et en authenticité. Pour prolonger le plaisir estival, l'hôtel dévoile ses propositions de week-ends exclusifs autour notamment du bien-être.

IMMERSION HOLISTIQUE

Du 14 au 16 octobre 2022, Crillon propose une immersion holistique «Le corps et l'âme en mouvement». Un week-end comprenant des soins du corps pour un réveil en douceur, une masterclass jus détox, un dîner à La Table du Ventoux, ainsi que des cours de Pilates «Matwork». Une véritable évasion à la fois spirituelle et sensorielle pour être en harmonie avec soi et le monde qui nous entoure, une jolie façon de s'immerger dans l'atmosphère provençale.

www.crillonlebrave.com

