

BIEN-ÊTRE

## Nos plus belles adresses de SPAS EN ALTITUDE

© Eugénie Akypour

EN HIVER, NOMBREUX SONT CELLES ET CEUX QUI PRÉFÈRENT S'ÉPARGNER LA COHUE DES TIRE-FESSES, LE FROID MORDANT ET LES PÉRILS D'UNE DESCENTE APRÈS UN DÉJEUNER TROP ARROSÉ À LA FOLIE DOUCE. VOICI DONC NOTRE SÉLECTION DES PLUS BEAUX SPAS ALPINS POUR S'ADONNER AUX PLAISIRS VARIÉS DE LA BEAUTÉ ET DU BIEN-ÊTRE.

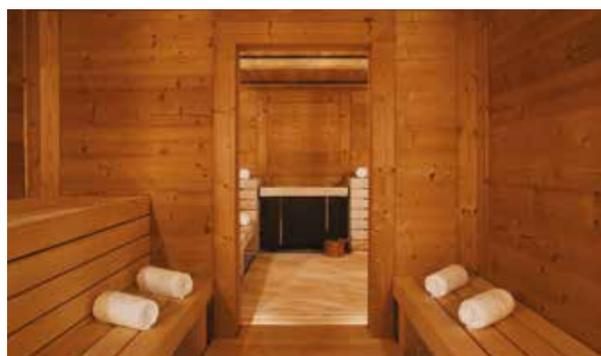
Par Margaret-Mary Macdonald



© DR

### VAL D'ISÈRE L'EXPERTISE PHYTO-AROMATIQUE DE SISLEY À L'HÔTEL LES BARMES DE L'OURS

Voyage multisensoriel, le soin phyto-aromatique de Sisley est une irrésistible invitation à la relaxation. Maison française reconnue pour son utilisation experte des extraits de plantes d'origine naturelle, Sisley propose ici un soin d'exception intégrant un modelage musculaire de 20 minutes pour un résultat immédiat sur la vitalité de la peau. Le visage est sculpté, les traits lissés et la peau plus tonique. Bluffant !  
Mont de Bellevarde, 73150 Val d'Isère  
260 € les 90 minutes  
hotellesbarmes.com



© DR

### VAL D'ISÈRE LE SOIN SUR MESURE GUERLAIN AUX AIRELLES

Oasis de bien-être au cœur de la montagne, le spa Airelles de 1 200 m<sup>2</sup> est une destination à part entière. Ici, le soin sur mesure Guerlain se nourrit de plus de 80 ans d'expertise. Chaque séance démarre par un entretien, durant lequel l'experte beauté Guerlain aborde une variété de sujets – nutrition, activité physique, niveau de fatigue et de stress – afin de concevoir des accords parfaits pour le visage et répondre à des besoins précis, loin de tout protocole préétabli.  
145, rue de la Poste, 73150 Val d'Isère  
280 € les 90 minutes  
airelles.com



© Fitz Roy

### VAL THORENS LE FLASH KOBIDO À L'HÔTEL LE FITZ ROY

C'est le soin parfait pour un teint de bébé. Imaginé et réalisé par la marque parisienne tendance Holidermie, le Flash Kobido combine des techniques de massage ancestral japonais aux bienfaits du drainage à l'aide d'un Gua Sha au quartz rose. Cet instrument délicat à l'apparence innocente est redoutablement efficace pour redessiner les contours du visage. La peau et l'esprit sont apaisés, les traits détendus et la mine repulpée.  
Place de l'Église, 73440 Val Thorens  
85 € les 30 minutes  
beaumier.com



© Paul rectu

### CHAMONIX LUNCH & SPA À L'HÔTEL MONT-BLANC

Voici l'offre idéale pour allier gourmandise et bien-être. Cette formule signature propose un déjeuner gourmet suivi d'un soin Clarins et d'une heure de relaxation au bord de la piscine, chauffée en été comme en hiver, avec vue imprenable sur le massif du Mont-Blanc. L'élégant Spa by Clarins et sa carte de soins experts est une invitation à la détente, régénératrice pour le corps et l'esprit.  
62, allée du Majestic, 74400 Chamonix-Mont-Blanc  
160 € par personne comprenant : entrée + plat + dessert (hors boisson et café) + accès d'une heure au spa + soin Clarins 60 minutes  
hotelmontblancchamonix.com



© Richard Waite

### MEGÈVE LA THÉRAPIE PAR LE SON AU FOUR SEASONS HOTEL

Cet hiver, les jours de pleine et nouvelle lune se fêtent au Four Seasons Megève par un rituel bien-être tout à fait extraordinaire. Experte en thérapies vibratoires, Georgie Sabalczyk guide ses adeptes – depuis le confort de matelas flottants sur la somptueuse piscine intérieure – à l'aide de vibrations émises par des bols tibétains. Amplifié par l'eau, ce bain sonore favorise la libération des tensions les plus profondes. La relaxation est au rendez-vous.  
373, chemin des Follières, 74120 Megève  
85 € (les jours de pleine lune et nouvelle lune)



© DR

### ALPE D'HUEZ L'ESCAPADE ALPINTHÉRAPIE À L'HÔTEL GRANDES ROUSSES

S'appuyant sur cinq éléments fondamentaux – l'altitude, le froid, la lumière, les minéraux et les plantes –, l'Alpinothérapie invite à la déconnexion grâce à une expérience de bien-être unique. Au programme : activités physiques et contemplatives, thérapies corporelles – dont des soins signés myBlend –, mais aussi luminothérapie, lithothérapie, cryothérapie... Tout pour régénérer à la fois le corps et l'esprit.  
425, route du Signal, 38750 Alpe d'Huez  
490 € par personne et par jour incluant les repas, activités et soins  
hotelgrandesrousses.com



© Jérôme Galland

MÉRIBEL  
**LE MASSAGE FUTURE MAMAN À L'HÔTEL LE COUCOU**

Ce sublime spa, qui travaille exclusivement avec des marques pionnières de la beauté durable, dont Aïme et Tata Harper, propose des soins pour les femmes enceintes. Enveloppant, doux et sans aucune huile essentielle, le massage Future Maman permet ainsi d'oublier les plaisirs temporairement déconseillés des pistes de ski. Personnalisé en fonction des besoins de chacune, il soulage les douleurs et apaise les angoisses.

464, route du Belvédère, 73550 Les Allues  
 290 € les 90 minutes  
[lecoucoumeribel.com](http://lecoucoumeribel.com)



© DR

VAUJANY  
**LE RITUEL À LA BOUGIE À L'HÔTEL LE V**

Puisant son expertise au cœur de la flore alpine, la marque Pure Altitude signe les soins d'exception au Spa de la Perle à l'Hôtel Le V. Le Rituel à la Bougie est un massage sensoriel et réparateur au parfum Fleurs de Neige qui offre une parfaite bulle de déconnexion, le tout avec vue sur les cimes avoisinantes.

469, place du Rissiou, 38114 Vaujany  
 120 € les 50 minutes



© DR

COURCHEVEL  
**L'EXPÉRIENCE VISAGE MAGISTRALE À L'HÔTEL ANNAPURNA**

Anti-âge ultime, le soin visage Magistrale allie le savoir-faire de la facialiste de renommée internationale Chantal Lehmann et la précision remarquable des produits de Codage Paris, notamment sa nouvelle gamme bien nommée « Magistrale ». Un soin unique en massage profond grâce aux gestes experts de la thérapeute offre une seconde jeunesse à la peau, en atténuant les rides et en liftant le visage, au cœur de la station de ski mythique de Courchevel.

734, rue de l'Altiport, 73120 Courchevel  
 490 € les 90 minutes  
[annapurna-courchevel.com](http://annapurna-courchevel.com)



© David André

VAL THORENS  
**L'APRÈS-SKI À L'HÔTEL PASHMINA**

Spécialement conçu pour une récupération musculaire rapide, ce soin signé L'Occitane et validé par le skieur Adrien Théaux draine les toxines accumulées et détend les fibres. Idéal après d'intenses journées sur les pistes – mais pas seulement –, ce massage diminue la sensation de fatigue, les courbatures et les tensions pour repartir de plus belle dès le lendemain matin.

Place du Slalom, 73440 Val Thorens  
 155 € les 55 minutes



LODGE PARK

MEGÈVE



Hotel - Courchevel - JD - Espace - Nouveau - Ski - 2018

HÔTEL 5 ÉTOILES AU CENTRE DE MEGÈVE

100 Rue d'Arly . 74120 Megève . +33 4 50 93 05 03

