



Spas : trois suggestions dans Lanaudière (extrait)

Au fil des dernières années, les spas sont devenus des emblèmes d'un nouvel art de vivre, et l'on voit partout fleurir ce petit mot aux grandes promesses de détente et de bien-être. Mais qu'en est-il exactement? Comment s'y retrouver dans la prolifération de ces lieux de rêve dont les tarifs sont souvent conséquents? Grands hôtels, spas champêtres ou urbains, d'allure contemporaine ou épurée, il y en a vraiment pour tous les goûts!

Voici des valeurs sûres pour qui souhaite aller se ressourcer dans la belle région de Lanaudière.

SPA DE L'AUBERGE DU LAC TAUREAU

Loin de la civilisation, entre lacs et cimes, l'ambiance est ici chaleureuse et attentionnée. Plantes biologiques, argile canadienne, par respect et authenticité des traditions, différents soins et produits s'inspirent des rites amérindiens. Ode aux richesses naturelles des forêts québécoises.

Membre Spas Relais Santé Certifiés.

Soins signature

Enveloppement corporel amérindien à l'argile Cayenne

Appliqué au pinceau, le masque d'argile rouge chaude, naturellement riche en oligo-éléments, favorise la microcirculation et redonne de la luminosité à la peau. Afin d'optimiser les bienfaits, le corps est enveloppé dans une couverture chauffante. Pendant la pause, un massage du cuir chevelu et du visage apaise. La relaxation se poursuit dans le bain hydromassant. Pour terminer le soin, une crème hydratante est appliquée.

Canoë

<http://bit.ly/9FegzC>

06 mai 2010

Massage apaisant amérindien

Ce soin relaxant, aux effets hydratants, purifiants et drainants, est prodigué avec une huile de pépins de raisins enrichie d'un cocktail de trois plantes québécoises biologiques et d'huile essentielle de genévrier. Un plaisir pour tous les sens.

Décor

- Les +

En été, offrez-vous un massage sous un tipi ou au sommet du mirador et profitez du bruissement des feuilles ou d'une vue aérienne - Certaines salles de soins profitent de la lumière naturelle - Une ligne de soins amérindiens à base de plantes québécoises (reine des prés, lierre et calendula) de culture biologique.

- Les -

La salle de détente trop exigüe fait office également de salle de repos pour les séances de pressothérapie - Les bains n'étant pas connexes aux salles de soins, la détente en est affectée - Les vestiaires ne sont pas réservés uniquement à la clientèle du spa.

Autres soins, traitements et services

- Massages: drainage lymphatique • enfant • femme enceinte • fleurs de cabosse • réflexologie • sous la pluie • sous tipi • sur chaise.
- Soins du corps: balnéothérapie • enveloppement corporel au cacao et soya • - exfoliation au cacao et soya Fleurs de Cabosse • pressothérapie • sablage sous la pluie.
- Soins du visage: ado • anti-âge • masculin • personnalisé.
- Beauté des mains • beauté des pieds • épilation.
- Activités complémentaires: piscine et bain à remous intérieurs • sauna.
- Canot • équitation • kayak • patinage • pêche • rabaska • randonnée pédestre • ski de fond • survol en hydravion • traîneau à chiens, etc.

Le spa en un clin d'œil

- Installations

6 salles de soins individuels – 1 suite de soins duo – 1 salle de soins sous la pluie – 2 salles de balnéothérapie – 1 salle de détente – 2 tipis.

- Environnement

Auberge en bois rond entourée de forêt et de sable fin, à perte de vue, et en retrait du village, d'où cette impression d'être seul au monde.

- Coordonnées

Spa de l'Auberge du Lac Taureau

Canoë

<http://bit.ly/9FegzC>

06 mai 2010

1200 chemin Baie du Milieu, Saint-Michel-des-Saints, route 131
877-822-2623, www.lactaureau.com

- **Source :** Guide Ulysse *Les meilleurs spas au Québec* par Francine Nascivet

