



# magazine

AIRFRANCE

## Avec douceur

N°283 Mai - Juin 2021

**Polynésie  
Los Angeles**

Ce magazine vous est offert. Your personal copy





Lieux à part Singular places

# Temples modernes

*Modern temples*

Maison de yoga ou retraite détox, ces hôtels d'un nouveau genre invitent au ressourcement et au bien-être. À Paris comme à Bali, même mantra : soigner le corps et l'âme.

**Texte** Marie Aucouturier, Mélanie Bloudeau, Violaine Gérard, Léa Outier





## Nusa Dua

### REVIVO Wellness Resort Bali

Comme une bienveillante divinité à 3 têtes, ce resort blotti dans les collines du sud de Bali repose sur 3 piliers : des menus vivifiants, des soins inspirés de rituels traditionnels balinaï (réflexologie, massages, aromathérapie...) et la mise en mouvement du corps grâce à une palette d'activités (qi gong, tai chi, Pilates, yogas en tous genres, dont un apaisant yoga en flottaison). Qu'en disent l'âme et son enveloppe ? Qu'ils souscriraient bien pour des prolongations...

Et cela tombe bien, outre sa retraite signature, le Revivo décline toute l'année des retraites à thèmes (le sommeil, le couple, l'harmonie des émotions...). S'extraire un temps, pour être mieux au monde. LO

Like a benevolent three-headed deity, this resort in the hills of southern Bali revolves around three elements: restorative menus, treatments based on traditional Balinese rituals (reflexology, massage, aromatherapy) and a range of activities for the body (qi gong, tai chi, Pilates and yoga of all kinds, including a soothing floating yoga). In addition to Revivo's signature retreat, thematic retreats are available year round, to delve into sleep, the couple, emotions in harmony—and to slip away.

**REVIVO Wellness Resort Bali** Badung, Nusa Dua. Tél. +62 361 3011011. [www.revivoresorts.com](http://www.revivoresorts.com)

## Genève

### La Réserve Genève

Un *motoscafo* pour trait d'union, du centre-ville à ce parc de 4 hectares, étiré en vis-à-vis du Léman. Genève est tout près, Genève semble loin. L'adresse est connue pour les rendez-vous d'affaires discrets, au Loti, ou dans les clairs-obscur du Tsé Fung, seule table chinoise étoilée du pays. Mais le lieu est aussi apprécié des parenthèses en famille, des escapades égoïstes, pour choyer le corps entouré d'une équipe médicale et paramédicale à la pointe du bien-être : menu minceur au Café Lauren, science anti-âge au spa Nescens, éventail sportif inépuisable (Pilates, tennis, boxe thaïe...) et une Petite Réserve, qui s'occupe gracieusement des enfants, de 6 mois à 13 ans. MA

A *motoscafo* whisks you from the city center to this four-hectare park opposite Lake Geneva. The hotel is known for discreet business meetings at Le Loti and the dusky decor of Tsé Fung, the country's only starred Chinese restaurant. It is also popular for family breaks or solipsistic escapades, for the ultimate in pampering: slimming menu at Café Lauren, anti-aging science at Le Spa Nescens and a slew of physical activities (Pilates, tennis, Thai boxing), plus the La Petite Réserve, with free childcare for kids aged 6 months to 13 years.

**La Réserve Genève** 301, route de Lausanne, Bellevue.

Tél. +41 22 959 59 59. [www.lareserve.ch](http://www.lareserve.ch)





## Santa Teresa

### Nantipa

Certains lieux ont des devises,  
des mots-emblèmes qui les résument.

À Santa Teresa, bout du monde arrimé aux  
rives du Pacifique au Costa Rica, ce sont  
quelques syllabes : surf et yoga. Temple des  
vagues, la bourgade est aussi un sanctuaire  
des yogis qui aiment ancrer leurs pieds dans  
le sable, face à la puissance de l'océan.

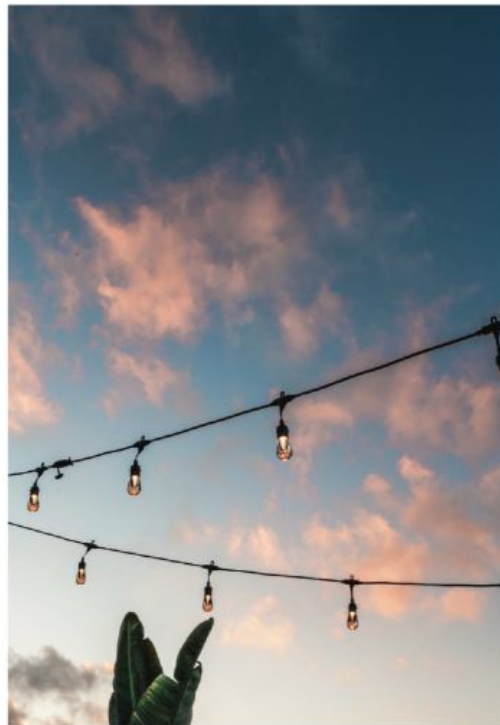
Le Nantipa est l'une des rares adresses  
ouvertes directement à fleur de plage :  
quelques chambres et villas modernes  
dispersées entre les cocotiers, un restaurant  
ouvert sur l'écume et une piscine arborée,  
ronde comme un lac d'eau douce. Être ici,  
c'est être déjà loin, retiré de tous les tumultes.  
Et pour s'alléger jusqu'à tout oublier, on peut  
suivre, pendant cinq jours, la voie bienveillante  
du thérapeute de la maison : méditation,  
relaxation aux bols chantants, consultation  
ayurvédique, yoga doux ou dynamique,  
*pranayama* (exploration du souffle)... Brise,  
soleil, pluie, embruns... le tout dans la douceur  
océane, au contact des éléments. LO

Some places have mottos or emblematic words  
that sum them up. In Santa Teresa, a far-flung  
destination moored to the shores of the Pacific  
in Costa Rica, there are three mere syllables:  
*surf* and *yoga*. Surfers flock here for the waves,  
yet the village is also a sanctuary for yogis  
who like to anchor their feet in the sand,  
gazing out at the mighty ocean. The Nantipa  
is one of the rare spots with direct access  
to the beach: a few modern rooms and villas  
scattered among the coconut palms,  
a restaurant looking out onto the waves  
and a tree-lined swimming pool as round  
as a freshwater lake. A stay here takes you far  
far away, far from the madding turmoil. And  
to sweep all your cares away, let the house  
therapist take over for a five day treatment—  
meditation, relaxation with singing bowls,  
Ayurvedic consultation, gentle or dynamic  
yoga, Pranayama (breath control). Breeze, sun,  
rain, sea spray—all surrounded by the  
benevolent ocean, in touch with the elements.

**Nantipa Santa Teresa, Puntarenas.**

Tél. +506 2101 0222. [www.nantipa.com](http://www.nantipa.com)





## Encinatas

### Twelve Senses Retreat

Dans cet hôtel de poche situé sur la côte californienne, l'air, l'eau, la terre et le feu sont érigés en totems et distillent leurs énergies dans les chambres et au fil des activités. Dans la chambre Eau, les teintes sont indigo, cobalt et turquoise. Sur le balcon de la chambre Air, le hamac en macramé tissé par des artisans du Yucatán oscille au gré du vent. À l'extérieur, le bois – issu de forêts durables – est fumé selon la méthode japonaise du *shou sugi ban* pour le protéger du temps. Et pour masser aussi bien le corps que l'esprit, s'offrir une séance de méditation guidée durant une manucure ou se reconnecter à la terre, en posture de la montagne, le temps d'un cours privé de yoga. MB

Air, water, earth and fire are primordial at this pint-sized hotel on the Californian coast, and the rooms and activities are steeped in their energies. The Water room is done in indigo, cobalt and turquoise. On the balcony of the Air room, the macrame hammock woven by Yucatán craftsmen sways in the breeze. The wood of the exterior, sourced from sustainable forests, is smoked using Japanese *shou sugi ban* to protect it from the elements. And to massage body and mind, indulge in a guided meditation session during a manicure or reconnect with the earth, in mountain pose, during a private yoga class.

**Twelve Senses Retreat** 1004 Nardo Road. Tél. +1 760 815 9982. [www.twelvesensesretreat.com](http://www.twelvesensesretreat.com)

## Eugénie-les-Bains

### SOURCES par Les Prés d'Eugénie

Le programme SOURCES accomplit le souhait des filles du chef multi-étoilé Michel Guérard et propose des retraites végétales autour d'une Cuisine Botanique® et locavore. Bouillons savoureux, cocktails parfumés et bols gourmands de légumes bios, herbes et épices pour choyer son métabolisme ; yoga, marches afghane ou méditative, sieste et temps pour soi. Ancrés dans une nature choisie et généreuse, renouer corps et âme dans une adresse aux petits soins. VG

The SOURCES program has fulfilled the dreams of the daughters of multi-starred chef Michel Guérard, offering plant-based retreats featuring locavore Cuisine Botanique®.

Tasty broths, aromatic cocktails and gourmet bowls of organic vegetables, herbs and spices to pamper your metabolism; with yoga, Afghan and meditative walks, afternoon naps and me-time. Anchored in lush nature, reconnect body and soul with select pampering treatments.

**Les Prés d'Eugénie** Maison Guérard. 334, rue René-Vielle.  
Tél. +33 (0)5 58 05 06 07. [www.sources-healingholidays.com](http://www.sources-healingholidays.com)







## Ajabgarh Amanbagh

Au cœur de la minéralité du Rajasthan, une oasis de palmiers et d'eucalyptus ombrage un potager bio aux 300 variétés d'herbes et les courbes rosées des suites et pavillons de cette adresse, voisine de Jaipur. L'apesanteur temporelle apaise et équilibre les *doshas* (nos 3 énergies vitales, en ayurveda) sous la conduite du praticien à demeure. Menus sur mesure concoctés grâce aux récoltes potagères, méditation, marches, soins dédiés et massage *abhyanga* dorlotent l'immunité, aux côtés de propositions dédiées à la détox ou au yoga et à la pleine conscience. Le luxe d'un temps autrement. VG

An oasis of palm trees and eucalyptus in Rajasthan shades an organic vegetable garden with 300 varieties of herbs and the rosy curves of the suites and pavilions of Amanbagh, near Jaipur. The temporal weightlessness balances the *doshas* (our three life energies, in Ayurveda) under the guidance of the practitioner in residence. Personalized vegetarian menus, yoga, meditation, walks, detox, mindfulness and other treatments, and *abhyanga* massage to boost immunity. Unwinding time.

**Amanbagh** Tél. +91 1465 223 333. [www.aman.com](http://www.aman.com)

© Aman - MP Morel



## Cheverny

### Les Sources de Cheverny

Avec la complicité de professeurs de yoga chevronnés – dont Valentina De Pietri, Constance Rainbow Yoga et Charlotte Menard – Les Sources de Cheverny concoctent pour les beaux jours de courtes retraites pour se retrouver et éclore en douceur. D'abord, poser ses valises dans l'une des 13 chambres du château du XVIII<sup>e</sup> siècle ou l'une de ses dépendances. Puis, au petit matin, faire le vide pour refaire le plein. Inspirer, expirer, s'éveiller, s'étirer selon les préceptes du yoga vinyasa, hatha ou ashtanga. En complément des postures rituelles, s'initier au chant de mantras ou à la danse intuitive et lâcher prise. MB

Offering seasoned yoga teachers like Valentina De Pietri, Constance Rainbow Yoga and Charlotte Menard, Les Sources de Cheverny organizes short retreats to come together and open up the soul. Settle into one of the 13 rooms in the 18th-century castle or in one of the outbuildings. Then, in the early morning, empty out the mind, inhale, exhale and stretch—whether it's Vinyasa, Hatha or Ashtanga yoga. Chant a mantra, let go.

**Les Sources de Cheverny** Chemin du Breuil.

Tél. +33 (0)2 54 44 20 20. [www.sources-cheverny.com](http://www.sources-cheverny.com)



## Paris HOY

Il y a des bulles que l'on bâtit pour soi, d'autres que l'on veut partager : c'est ainsi que Charlotte Gomez de Orozco, fille d'hôteliers et professeur de yoga, a pensé HOY (pour «House of Yoga»). Une maison élégante, bienfaisante, où un studio de pratique tient lieu de salon (sept heures de cours chaque jour), où les 22 chambres n'ont pas de télé mais des barres de danse, où le vert-de-gris des étoffes s'inspire du feng shui, où le végétal arrondit les assiettes. Un lieu traversé d'énergies, à l'abri des pulsations urbaines. LO

Some bubbles are for the self, some for others to share: this is the philosophy behind Charlotte Gomez de Orozco's HOY (house of yoga). It's an elegant, beneficent house, with a yoga studio instead of a living room (seven hours of lessons daily), where the 22 rooms have no TV but dance bars, where the verdigris of the fabrics are inspired by feng shui. A place steeped in energies, sheltered from urban vibes.

**HOY** 68, rue des Martyrs. Tél. +33 (0)1 77 37 87 20. [www.hoyparis.com](http://www.hoyparis.com)

