



J'ai testé le spa de l'Armancette 5*



L'Hôtel **l'Armancette** a ouvert fin juin, à Saint-Nicolas de Véroce. Ce magnifique établissement 5 étoiles dispose d'un joli spa signé Kos. Ce lieu de bien-être abrite une piscine semi-couverte, hammam, sauna, douche sensorielle et 3 jacuzzis dont deux extérieurs adossés à la roche et ouverts sur la vue qui est ici époustouflante. J'ai adoré profiter des bulles et remous en admirant le Mont Blanc, le Mont Vorassay, l'Aiguille de Bionnassay, les dômes de Miage, les Aiguilles de Trélatête, le Mont Joly...

La marque haut de gamme Kos Paris propose des formules naturelles à 98%. Les ingrédients naturels et bio sont issus de différentes régions du monde (huile de pépin de Figue de Barbarie, Baies d'Açaï, beurre de Babassu...).

Dans la cabine, je suis accueillie tout en douceur : lumière tamisée, petit ours en crochet déposé sur les serviettes extra moelleuses... J'ai testé le soin « Deep tissu by Kos ». Ce massage est idéal pour les personnes ayant beaucoup de tensions, liées au stress ou à une pratique sportive. C'est un massage profond, avec une pression forte et tout en lenteur afin de rentrer dans le muscle.

La praticienne nous propose de choisir l'huile de massage, j'ai opté pour celle relaxante et envoûtante. Après l'effort, les sportifs préféreront celle à l'eucalyptus. Le soin débute par une agréable serviette chaude sur les pieds. Le protocole est adapté à chacun, suivant ses besoins. Les mains s'attardent sur la plante des pieds, les mollets, les fessiers, le dos et l'avant des jambes ; des zones où les tensions musculaires sont fréquentes après la pratique de sports de montagne. J'ai particulièrement apprécié les étirements qui apportent une détente supplémentaire.

Avant de profiter de ce soin et ainsi préparer son corps (et son esprit), il est conseillé de faire du sauna durant 15-20 minutes, puis du hammam durant une dizaine de minutes et de terminer par une douche froide.

www.armancette.com/

photos(c) Sémaphore – LH

Retrouvez mes autres "pauses au spa" à Chamonix QC Terme, à Val Thorens Koh I Nor 5*, à Samoëns Les Suites d'Alexane, à La Rosière Hyatt Centric, à La Léchère et une mini cure à Aix les Bains.