

# L'OBSS

# ÎLE *de* RÉ

## LE GUIDE DE VOTRE ÉTÉ 2019

24  
PAGES  
DE **BONS  
PLANS**



AVEC



▼ L'ÎLE DE RÉ COMPTE  
QUELQUE 110 KILOMÈTRES  
DE PISTES CYCLABLES.



## BIEN-ÊTRE

# Objectif détente

Bains de mer, balades à pied ou à vélo, stand-up paddle ou yoga sur la plage... L'été à Ré, les activités de plein air ne manquent pas. Et si cela ne suffit pas à vous revigorer, optez donc pour une escale thalasso ou un soin au lait d'ânesse!

## NON MAIS À L'EAU, QUOI!

### LES MARAIS RÉTAIS EN STAND-UP PADDLE

Méditative et contemplative, la balade en stand-up paddle (sup) vous fera découvrir les marais rétais au rythme de l'eau. C'est la météo et les horaires des marées qui décident : impossible de randonner par temps venteux ou pluvieux (trop pénible et trop dangereux). Une fois les conditions réunies, laissez-vous guider, bercé par les odeurs iodées, au cœur de paysages verdoyants, à la découverte de lieux accessibles uniquement en stand-up paddle. « Vous apercevrez çà et là une

de la maison. Idéal pour une cure santé d'une semaine, comme pour un après-midi bien-être un jour de pluie. Vous y retrouverez les cosmétiques Labiomer, marque spécialiste de la thalassothérapie, qui fournit tous les Relais Thalasso, également à Bénodet, dans la baie de La Baule et aux Sables-d'Olonne. Le vrai plus : la belle vue dégagée sur l'océan Atlantique et le solarium naturel pour méditer au calme entre deux soins au cœur d'une petite cour.

▼ **Relais Thalasso Atalante**, Port-Notre-Dame, Sainte-Marie-de-Ré, 05-48-30-50-80 (*thalasso et spa*), [relaisthalasso.com/atalante](http://relaisthalasso.com/atalante). Parmi les nombreuses formules proposées, la journée bien-être « Bulle 2 soins » : modelage sous pluie marine et bain moussant reminéralisant, accès au Spa Marin et à l'espace cardio fitness inclus, pour 95 €/pers. Soins Labiomer à partir de 75 € pour le visage et 59 € pour le corps.

### TOUT DOUX

Soins visage et corps, beauté des mains et des pieds, épilations... La base de tout institut de beauté, mais avec les produits d'exception de l'institution rétaise Loix et Savons (voir p. 18), qui utilise pour sa gamme le lait d'ânesse des célèbres baudets du Poitou élevés sur l'île par Régis Léau.

▼ **L&S Institut**, 4, rue Cîteaux, Saint-Martin-de-Ré, 05-48-09-21-41, [institut-loixersavons.com](http://institut-loixersavons.com). Rituel au lait d'ânesse : 60 € pour 1 heure. Sur rendez-vous.

### AUX PETITS SOINS

Cet hôtel quatre étoiles, classé au titre de l'Inventaire supplémentaire des monuments historiques, est un véritable havre de paix restauré avec goût, au cœur de Saint-Martin. Membre de la chaîne Les Collectionneurs, initiée par Alain Ducasse, l'établissement abrite un spa intimiste (petite piscine et sauna) uniquement privatisable, pourvu de sa cabine de soins. Ces derniers sont réalisés par Sybille, esthéticienne, qui officie depuis l'ouverture de l'hôtel, il y a près de huit ans, en utilisant les produits de la marque Cinq Mondes. Sur rendez-vous, un ostéopathe propose également ses traitements. C'est le fils de Florence, propriétaire des lieux avec son mari depuis 1996, qui a su redonner son éclat d'antan à cette belle demeure acquise un temps par le roi Louis XVI pour Marie-Antoinette. Aux petits soins, Florence vous fera sentir comme chez vous. On s'y arrête donc pour l'accueil, le cadre et le calme. N'oubliez pas de passer au bar, pour un chocolat chaud géant ou une coupe de champagne rosé.

● **La Baronnie Hôtel & Spa**, 17-21, rue Baron-de-Chastol, Saint-Martin-de-Ré, 05-48-09-21-29, [hotel-labarannie.com/insens-de-soins-massages](http://hotel-labarannie.com/insens-de-soins-massages). Privatisation du spa : 69 €/l'heure pour 2 adultes (avec 2 coupes de champagne). Soins à partir de 50 €.

### IODE CINQ ÉTOILES

Niché dans la baie de La Flotte, au nord de l'île de Ré, Le Richelieu est un hôtel cinq étoiles pourvu d'un centre de thalassothérapie et d'un restaurant gastronomique doté du titre de Maître restaurateur. Ici, tout est fait maison, avec des produits frais, et le service est de qualité. Proche de la plage avec une belle vue sur la mer, Le Richelieu propose trois nouvelles cures de thalasso : méditation, renaissance et découverte ayurvédique. Un centre à taille humaine, avec un maximum de 35 curistes par demi-journée, et avec une piscine découverte. Le spa propose aussi des rituels relaxants à la demi-journée et des forfaits courts sur deux ou trois jours.

▼ **Le Richelieu**, 44, av. de la Plage, La Flotte, 05-48-09-49-40 (*spa et la thalasso*), [hotel-le-richelieu.com](http://hotel-le-richelieu.com). Parmi les forfaits spa : « Instant découverte », avec 4 soins, pour 99 € (1h30), « Evasion marine » : 2 jours, avec 3 soins/jour pour 399 € (hors hébergement).

