



## Spas spéciaux pour golfeurs

Quatre destinations qui allient sport et détente.

Les Domaines de Saint-Andréol.

# Swing et spa, l'accord parfait

Un parcours, un hôtel, des soins adaptés aux golfeurs, voilà le cocktail idéal pour un week-end détente. La preuve en quatre destinations.

ALYETTE DEBRAY-MAUDUY

### ► EVIAN ROYAL RESORT : LE MUST

**Le parcours** : créé en 1904, entre lac et montagne, il doit son succès à son panorama de carte postale sur le lac Léman et à son entretien 5 étoiles. Sur ses fairways vallonnés comme sur ses greens hyper-roulants, pas une brindille ne dépasse. « C'est aussi le centenaire français qui rajoute le plus souvent », ajoute Yannick Le Hec, le directeur général du Resort. Pour accueillir les meilleures joueuses du monde lors de l'Evian Masters, ce tracé s'est considérablement modifié au fil des ans. Il se prépare à de nouvelles modifications profondes pour accueillir le tournoi féminin devenant « Major » en 2013.

**Le soin** : un haut lieu du golf mondial comme Évian se devait d'avoir un rituel top niveau. Son Massage du Golfeur a été conçu par Sarah, une experte de l'Hôtel Royal, et les pros de l'Evian Training Center. « Quels sont les muscles les plus sollicités ? Où se nichent les tensions ? Voilà les questions que nous nous sommes posées pour élaborer ce soin d'une heure, inédit », explique-t-elle. Le golfeur s'installe sur une chaise de massage, la masseuse fait pression sur le dos, les épaules, la nuque, soumis à rude épreuve pendant le swing, et s'attarde tout particulièrement sur les coudes et les avant-bras... pour prévenir le fameux « golf elbow ». La deuxième partie du rituel se fait allongé sur le dos, sur un futon. L'objectif est alors d'étirer les muscles et les articulations, de la tête aux pieds...

2 nuits d'hôtel au Royal, green-fees et massages à partir de 1 030 € pour 2 personnes. Tél. : 04 50 26 85 00. [www.evianroyalresort.com](http://www.evianroyalresort.com)

### ► GOLF DU MÉDOC : LA SURPRISE

**Le parcours** : dans le Sud-Ouest, avec ses 36 trous top niveau, ce club fait figure de référence. Les 18-trous du château

sont un grand test de golf, longs, avec des roughs en hautes herbes et des greens aux pentes diaboliques. Le Médoc s'offre un coup de jeune tous les deux ans environ. « Le dernier en date (2008) lui a valu une dizaine de départs reculés et 15 nouveaux bunkers, principalement à tombée de drive », raconte Vincent Paris, le directeur. À ses côtés, le 18-trous des Vignes est un parcours loisir de grande qualité, varié et ludique... Pas étonnant que ce domaine ait été élu « meilleur resort de golf français » en 2010 par les World Travel Awards de Londres.

**Le soin** : le Modelage Birdie, un massage avec des balles de golf, a largement contribué à la notoriété du lieu. Ronde et douce, la balle est un excellent outil de pression pour travailler les muscles en profondeur et pour démultiplier la sensation de détente absolue. Ce soin d'une heure démarre par l'application d'une huile chaude aux agrumes, aux effets relaxants. La thérapeute commence par masser à mains nues avant de poursuivre avec une balle dans chaque main. Elle les fait rouler sur le corps et appuie fermement sur les cuisses et les fessiers. Curieusement, elles ne font pas mal, c'est à peine si on les sent. Moins tonique, le massage du ventre se fait ensuite en douceur pour évacuer le stress et les tensions.

2 nuits d'hôtel, green-fees et modelage à partir de 345 € par personne. Tél. : 05 56 70 31 31. [www.hotelgolfdumedoc.com](http://www.hotelgolfdumedoc.com)

### ► SAINT-ENDRÉOL : LA ZÉNITUDE

**Le parcours** : entre Cannes et Saint-Tropez, il est planté au pied du rocher de Roquebrune, face aux monts de l'Estérel, avec une forêt de pins parasols à perte de vue. Dessiné par Michel Gayon, les fairways sont ici très étroits, escarpés, boisés, bordés de ruisseaux et d'obstacles d'eau. Un conseil : soyez modeste et ne sortez pas systématiquement le driver. Car il faudra veiller à garder sa

balle en jeu pour attaquer les greens - petits et bien défendus - dans les meilleures conditions. « Chaque trou offre un nouveau défi », explique Éric Bietri, responsable du golf depuis son ouverture, en 1992.

**Le soin** : deux heures de bien-être, tout un programme... Le Rituel du Golfeur commence par un gommage au sel de Noirmoutier. Voûte plantaire, mollets, fessiers, buste, mains... Toutes les parties du corps y passent pour activer au mieux la circulation sanguine. Après cette friction vivifiante, on vous enveloppe de boue d'algues spirulines, riche en oligo-éléments, on vous « emballe » d'un film plastique et d'une couverture chauffante... Transpiration et élimination des toxines garanties. Ce merveilleux moment de détente s'accompagne d'un massage du cuir chevelu puis d'une heure de massage dit « californien ». Les muscles sont pétris et roulés énergiquement pour favoriser la récupération. Au final, on se sent comme neuf, prêt à repartir arpenter les fairways ô combien escarpés de Saint-Andréol.

2 nuits d'hôtel, 1 green-fee et 1 massage à partir de 261 € par personne. Tél. : 04 94 51 89 80. [www.st-endreol.com](http://www.st-endreol.com)

### ► LA BRETESCHE : LE LUXE

**Le parcours** : imaginé par l'architecte anglais Henry Cotton au milieu d'arbres séculaires, il a tout d'un inland britannique. Avec son imposant château du XV<sup>e</sup> siècle (on le voit sur 6 trous), ce club situé entre Nantes et La Baule est très réputé. Il accueille plus de 20 000 joueurs chaque saison. « Nous sommes aussi appréciés pour la qualité d'entretien du parcours », ajoute Fabrice Giquiault, le directeur, pas peu fier de ses « fairways entièrement drainés, des greens tondus quotidiennement et des parterres de roses et d'orangers du Mexique ».

**Le soin** : c'est une invitation à la relaxation. Fermez les yeux et imaginez... Lumière tamisée, musique douce, vous êtes



Date : 07/10/2011

Pays : FRANCE

Page(s) : 27-31

Rubrique : Style & vous

Diffusion : 330432

LE FIGARO  
et vous

allongé sur une table de massage ergonomique - idéale pour décontracter les lombaires - et chauffante... On vous enveloppe le corps de serviettes chaudes imbibées d'huile d'eucalyptus et de lavande, aux vertus antistress, et on pose

sur vos yeux un carré froid. Vous avez chaud, vos muscles se décontractent au maximum et pendant ce temps on vous masse la voûte plantaire en insistant, avec de fortes pressions, sur les points de réflexologie. Les pieds échauffés par la

marche se détendent. Vous entrez dans une douce torpeur. Bienvenue au paradis. **1 dîner et 1 nuit d'hôtel pour 2 personnes, 1 green-free et 1 soin à partir de 435 €.**  
Tél. : 02 51 76 86 89. [www.bretesche.fr](http://www.bretesche.fr) ■



Le golf de Saint-Andréol (à gauche). L'hôtel et spa de La Bretesche (à droite).



DOMAINE DE LA BRETESCHE DR