



Bonnes adresses, Lifestyle

## DÉTENTE AU THALASSO SPA DE LA GRANDE MOTTE



Le mois dernier, j'ai pu tester le Thalasso spa de la Grande-Motte, sur invitation de l'établissement! Oui, oui, j'étais super contente car je n'avais jamais eu l'occasion d'y mettre les pieds – même si je m'y suis promenée mentalement en lisant [ce roman policier](#)! Verdict: c'est un lieu très agréable, loin du bourdonnement de la vie quotidienne. Le cadre idéal pour se ressourcer. Je n'y ai passé qu'une petite journée, mais j'ai eu cette impression de rentrer de vacances en retrouvant mon appartement...

Le blog de découvertes  
VOYAGE \* CULTURE \* LIFESTYLE  
d'une fille curieuse  
qui a la bougeotte!

Bienvenue ici! Sur ce bout de toile, je partage mes coups de cœur, mes voyages et mes découvertes. Blogueuse à Montpellier, je suis une buveuse de thé et une dévoreuse de pages, green-friendly et addict de papeterie! Bonne visite, [Kantutita](#)

Une question? Un petit mot à envoyer?  
Écrivez-moi à cette adresse!

✉ [contact@birdsandbicycles.fr](mailto:contact@birdsandbicycles.fr)

[En savoir + sur le blog Birds & Bicycles](#)

RECHERCHE

Search

Search

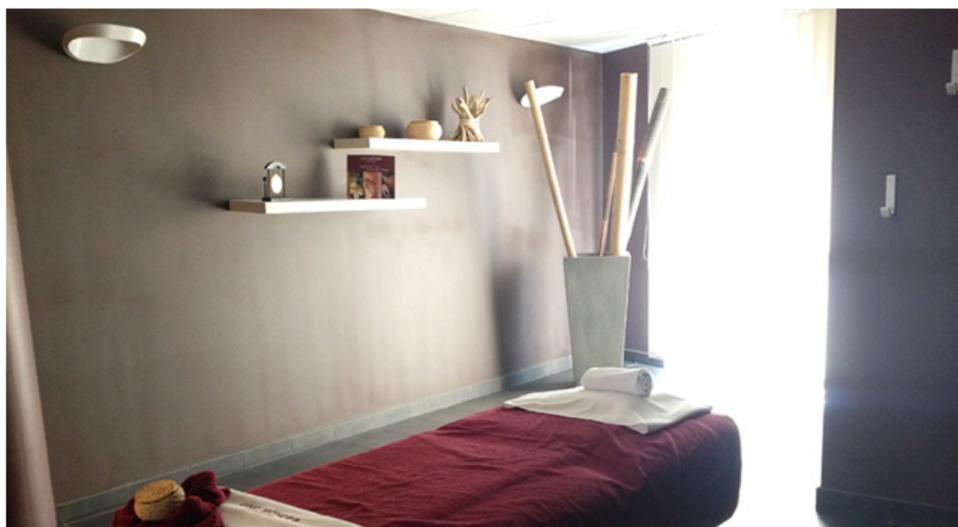
Oui parce qu'avant de vous parler des soins dont j'ai pu bénéficier, je voulais dire que le cadre est vraiment super chouette. Je ne savais pas trop à quoi m'attendre et vous avoue que je ne considère pas la Grande-Motte comme un *bel* endroit, avec ses grands immeubles à l'architecture bizarroïde et sa horde de touristes. Le spa m'a laissé une autre impression, avec ses multiples petites terrasses face à la mer, dotées de fauteuils, ses bâtiments blancs et ses distributeurs de thés et tisanes partout qui invitent à la détente. On a juste envie de s'asseoir, de se reposer en sirotant sa boisson tiède et de ne penser à rien... Un break bienvenu pour ma part.

Et il y a quelque chose de génialement paresseux à passer la journée en peignoir blanc, qui est l'uniforme des curistes!



Après avoir plongé dans la piscine extérieure, testé un des bassins intérieurs à l'eau très salée, essayé le hammam (et il y a aussi un sauna) en libre service pour les clients de l'institut, et traîné sur la terrasse avec un thé (ben oui, je voulais tout essayer!) j'ai commencé les choses sérieuses avec un drôle de soin contre les jambes lourdes, la **pressothérapie** – qui plaît beaucoup aux seniors vu les candidats qui se trouvaient autour de moi. Le principe: des pressions sur les jambes pendant 20 minutes, grâce à des bottes qui se gonflent d'air. Alors vous êtes allongés sur une table avec ces drôles de trucs, c'est absolument pas glamour, mais je vous rassure, c'est plutôt agréable. Surtout quand on en sort en fait, et qu'on se sent très léger. C'est bon pour la circulation et contre la cellulite paraît-il! Tant mieux, je veux lui tordre le cou à celle-là.

## Un modelage du monde...



SUIVEZ LE BLOG!

Newsletter



J'aime cette Page

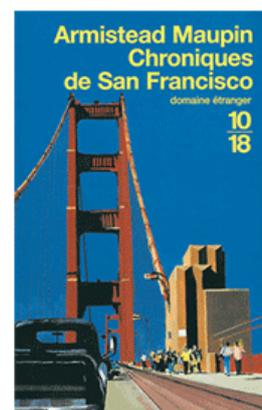
Partager



## Mes favoris de l'été

A RETROUVER SUR AMAZONE

UNE SAGA CULTE !



AMOUREUSE À TOKYO



Et ensuite, c'était l'heure de mon **modelage du monde** à l'institut, le clou de cette journée découverte! Le cadre est super joli, feutré, et l'ambiance zen très agréable. Entre des mains expertes, j'ai savouré le **modelage ayurvédique** Cinq Mondes, avec un cocktail d'huiles végétales chaudes parfumées. Promesse du massage: dénouer les tensions musculaires et chasser les toxines afin de redonner énergie, vitalité et détente.

Verdict: j'en avais besoin après des semaines de boulot bien stressantes, et je n'ai pas été déçue, c'est très **relaxant**, et on sort de là embaumant l'odeur délicieuse de l'huile des Cinq Mondes. C'est même une vraie tentation de ramener le flacon à la maison! (Je précise: En l'achetant à l'institut, hein, je ne suis pas cleptomane)(sauf pour les stylos).

Le rituel débute et se termine avec un pshit d'eau de Bangalore des Cinq Mondes, qui invite à un véritable voyage sensoriel avec son parfum de vanille et de cardamome... Un super moment.

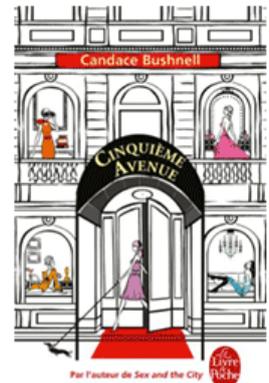


## Gommage gourmand, parfum papaye

Ensuite, j'avais un **gommage** au programme, dans une autre aile de l'établissement. La cabine était plus petite, mais avec la fenêtre ouverte, côté mer, on entendait le cri des mouettes et on humait l'odeur du sel... Une autre ambiance, plus reliée au monde mais qui sentait les vacances.



CHICK LIT DÉCAPANTE



À NEW-YORK

IRRÉSISTIBLE !



LES AVENTURES  
D'UN GLOBE-TROTTEUR

Plus d'idées dans [ma librairie virtuelle](#).  
Retrouvez les [chroniques de ces romans](#)  
[sur le blog!](#)



SUIVEZ-MOI SUR INSTAGRAM  
@ KANTUK





C'est la même jeune femme qui s'est occupée de moi. Là, ma peau a savouré [un gommage à la purée de papaye](#) de 20 minutes. Inutile de dire que j'ai bien apprécié l'odeur fruitée. Ce sont en fait les pépins du fruit qui servent d'exfoliant pour ce gommage gourmand en douceur. Au milieu, l'esthéticienne m'a envoyé prendre une douche pour me débarrasser des pépins. Ah, et elle avait les mains tellement douces à force d'utiliser ces huiles au quotidien, je veux les mêmes!

Voilà la photo officielle du soin, je ne sais pas si cela ressemblait tout à fait à ça pendant mais bon... ça donne une idée ;)



Crédit photo: Thalasso Spa de la Grande-Motte

Alors, verdict de cette journée au Thalasso Spa de la Grande Motte? Cette expérience est une bulle reposante dans le quotidien, que je vous conseille vraiment si vous pouvez vous l'offrir! Et à faire seule, ou entre copines. En prime, cela peut être une idée pour un super cadeau d'anniversaire!

Et je ne dis pas ça parce que j'ai été invitée, mais parce que j'ai adoré l'expérience, hein ;)

PLUS D'INFOS SUR [LE SITE WEB DU SPA](#)

PS. Et si vous y allez, ne faites pas comme moi, n'oubliez pas vos claquettes ou tongs en plastique et votre bonnet de bain!

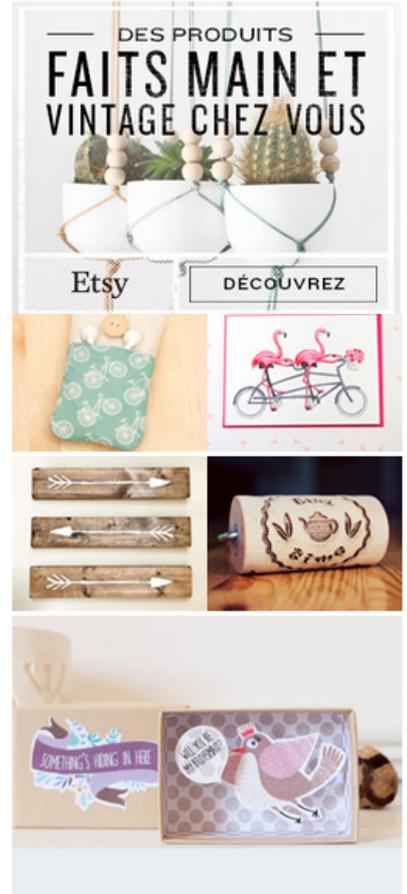


AOÛT 14, 2015 PAR [KANTUTITA](#)

MES BLOGS FAVORIS ♥ ♥ ♥



REPÉRAGES SUR ETSY



MON BLOG D'EXPAT

