

AQUATONIC – MOMENT DE DÉTENTE

En ce lundi férié, j'ai pu tester l'Aquatic, des thermes marins en plein cœur de Nantes !

Le centre a ouvert ses portes l'année dernière et est discrètement caché dans le carré Lafayette, place Aristide Briand.

Le spa est composé d'un immense bassin séparé en différentes zones pour le circuit détente : des jets massants, des bains bouillonnants, des chaises longues massantes Un sauna et un hammam sont également disponibles, ainsi que l'incontournable fontaine à glace. Le parcours est conseillé au mur mais aucune obligation de le suivre à la lettre.

Pour bien finir mon parcours relaxant (durée approximative: 1h à 1h30), j'ai pu tester le massage aux pierres chaudes. Pour ce massage, on utilise des pierres chaudes énergétiques et de l'huile. Quelques pierres sont disposées sur notre corps : sur des points énergétiques. Et, la masseuse en utilise dans les paumes de ses mains pour le massage. Alliant chaleur, détente et volupté, ce massage fut un pur bonheur à tel point que je me suis Presque endormie sur la table de massage. Une fois ce dernier terminé, un thé ou un café vous est proposé dans une pièce cosy.

Cet espace propose également des cours aquatiques : aquabiking, aquagym. Mais, aussi des cours de fitness sont possibles : Zumba, RPM, musculation etc Les prix sont raisonnables vu la qualité de service qu'offre Aquatic.

Alors, prêt(e) à tester cet espace Bien-être ?



MINDZZMOISELLE



Mindzz'm
657 mentions d'aimer

MINDZZMOISELLE

[J'aime cette Page](#)

Soyez le premier de vos amis à aimer ça.





SOUSCRIPTION AU BLOG PAR EMAIL

suivre ce blog et être notifié par email des nouvelles publications.

Rejoignez 48 autres abonnés

Entrez votre adresse mail

SUIVRE

MAI 2016

L M M J V S D



Contact / Infos :

✉ 5 place Aristide Briand à Nantes

☎ 02 40 41 89 89

 [Aquatonic](#)

@_ WebSite : [Aquatonic Nantes](#)

Sab, Mindzz'moiselle.

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

« AVR

COMMUNAUTÉ



 [Suivre Mindzz'moiselle](#)

RSS - Articles

RSS - Commentaires

 [Suivre Mindzz'moiselle](#)