

escapade

3 thalassos À UNE HEURE DE GENÈVE

Une nouvelle ligne relie Cointrin et La Rochelle, mettant ainsi à une heure de vol les centres de thalassothérapie de Charente-Maritime. L'occasion d'aller se (re)faire une santé entre copines ou en amoureux.

TEXTE SYLVIE ULMANN

POUR LES FANS DES ANNÉES 50:

Royan

Avec ses cinq plages et son port de plaisance, c'est l'une des premières stations balnéaires de la région. Mais Royan est aussi connue pour son architecture. Détruite à plus de 80% par des bombardements pendant la Deuxième Guerre mondiale, la ville a été reconstruite dans les années 1950 avec les matières et les formes de l'époque. L'impressionnante église Notre-Dame a donc été bâtie en béton, et sur le front de mer, villas et bâtiments rappelant un décor de Spiro et Fantasio se succèdent, lui conférant un charme très particulier.

Cette station doit aussi sa notoriété à Picasso, qui s'y était réfugié entre 1939 et 1940 – cet été, une exposition est consacrée aux œuvres qu'il a réalisées pendant cette période. Il y a notamment peint son fameux *Café à Royan*, sis au 140, rue Gambetta. Miraculeusement épargné, celui-ci abrite toujours un resto et vaut le détour pour son architecture très Le Corbusier.

A voir dans le coin:

Talmont-sur-Gironde et ses façades en pierres sèches qui jouent à cache-cache derrière les fleurs. Saint-Palais-sur-Mer, avec ses maisons traditionnelles en pierre. Pour passer une nuit dans cette ambiance, faites halte à la Villa Frivole, une agréable maison d'hôtes

(www.villafrivole.fr). A La Tremblade, sur la grève, se succèdent une foule de petits bistrotts où déguster des huîtres.

L'option thalasso: A 15 minutes à pied de la ville en longeant la mer, le centre Thalazur a presque les pieds dans l'eau! De la piscine, tout habillée d'ardoise et de galets noirs, la vue est imprenable sur l'océan. La spécialité du centre est la chrononutrition, ou l'art de manger les bons aliments dans les bonnes quantités au bon moment. On s'y initie en cure de six jours. Si vous manquez de temps, accordez-vous une «Parenthèse du bonheur», à vivre sur deux jours. Et testez le «Bain précieux au karité et au miel», d'où vous sortirez hydratée de la tête aux pieds ou le massage «Vitalité du temps», qui détend et redonne de l'énergie.

Infos: Une foule de séjours possibles, de la journée au week-end en passant par l'escale de 3 jours ou la cure de 6 jours.

www.thalazur.fr



Vue imprenable sur la mer depuis la piscine extérieure du centre Thalazur à Royan.

Une statue dans le joli village de Talmont-sur-Gironde.



POUR LES FANS DE NATURE:

L'île d'Oléron

Le vélo est la meilleure façon de découvrir l'île, toute plate. Prévoyez du temps, car elle fait 30 km de long sur 8 de large et vous aurez souvent envie de vous arrêter. Pour déguster des huîtres le long de la côte entre Château d'Oléron et Boyardville. Ou pour profiter du paysage quadrillé par les chenaux alimentant les marais salants à marée haute. Tout au nord, vers le phare de Chassiron, le décor change avec des falaises de 4 à 10 mètres de haut, tandis qu'au sud, d'immenses dunes plantées de pinèdes alternent avec de vastes plages.

A voir dans le coin: Le marché de Château d'Oléron ou de Saint-Pierre d'Oléron, pour acheter de la fleur de sel. Le fameux Fort Boyard, star du jeu télé, construit sur un haut-fond sablonneux au large de Boyardville. La Cotinière, bourgade en bord de mer avec l'un des plus importants ports du département.



Pratique

■ **Y ALLER** Dès le 25 juin, EasyJet propose des vols le mercredi et le samedi entre Genève et La Rochelle, à partir de 45 fr. 35.

www.easyjet.com

Les centres sont aussi accessibles chaque jour depuis Bordeaux et Nantes.

■ **S'Y DÉPLACER** Du 25 juin au 12 juillet, les thalassos de la région proposent la location d'une voiture Europcar pour 1 € de plus (sous condition, rens. auprès des centres).

■ **PRÉPARER VOTRE VOYAGE** www.en-charente-maritime.com et www.rendezvousenfrance.com, et toutes les thalassos de la Charente-Maritime: www.la-thalasso.fr



Entre deux soins ou après une balade, on profite de la terrasse du centre Thalassa à Oléron, avec son hôtel Novotel.



L'option thalasso: A Saint-Trojan-sur-Mer, l'institut de thalassothérapie Thalassa Sea & Spa et son hôtel Novotel donnent directement sur une superbe plage. On a adoré le soin en cabine en plein air face à la mer et le Music-O, un modelage en musique, pour une détente totale. Spécialité de l'institut, la cure

«Couleur jeunesse», qui travaille à la fois sur l'anxiété et le stress. Une machine analyse la façon dont ces deux maux pèsent sur le corps, permettant ainsi de mettre en place un programme ultraciblé.

Infos: Beaucoup de possibilités dont la cure «Couleur jeunesse» sur 6 jours de soins, «l'Escale» de 1 à 4 jours ou la cure «Ma thalasso de saison» (6+4 jours à répartir entre le printemps et l'automne).

www.thalassa.com

POUR LES FANS D'HISTOIRE:

La Rochelle

La ville et ses environs se découvrent à vélo. Vous pouvez en emprunter à l'Office du tourisme (gratuit) et au Gabut, l'ancien quartier des pêcheurs avec ses pimpantes maisons en bois colorées. Juste à côté, le vieux port, où les Rochelais aiment se retrouver en terrasse avec vue sur les bateaux et les trois tours médiévales. Pour remonter vers le centre et ses boutiques, on passe la porte de la Grosse Horloge, vestige des anciennes fortifications.

A voir dans le coin: Le Bunker, un vrai bunker de la Deuxième Guerre mondiale reconverti en musée. Les trois tours du Vieux-Port – celle de Saint-Nicolas, labyrinthique, celle de la Chaîne, d'où Champlain serait parti pour fonder Québec, et celle de la Lanterne, une ancienne prison d'où la vue est phénoménale.

L'option thalasso: A Châtellillon-Plage, à 20 minutes du cœur de la ville, le centre La Rochelle-Sud propose une version plaisir des soins thalasso dont il a gardé le meilleur – les bienfaits des algues et de l'eau de mer – en le déclinant dans des textures et des odeurs douces. Top pour lâcher prise: les modelages et gommages sous affusion – de l'eau de mer chaude vous coule sur le corps pendant le soin. Si vous ne vous détendez pas, c'est que vous le faites exprès.

Infos: Forfait «Découverte» (1 jour), «Escale» thématique sur 3 jours, cures de 6 jours: le choix est vaste!

www.thalasso-larochellesud.fr

Le quai Duperré, à La Rochelle, ses bistrotts et sa fameuse grosse horloge.



La plage du Platin à Saint-Palais-sur-Mer, à deux pas du centre et de ses maisons de maître en pierre.