



« Sommeil & Quiétude » :
un programme de 5 jours au cœur de la nature
alsacienne pour lâcher prise et se ressourcer

Air pur et vivifiant, spa ressourçant et soins inédits, La Cheneaudière & Spa, située dans la Vallée de la Bruche (entre Strasbourg et Colmar), a imaginé un séjour spécial, véritable « cure » pour retrouver un sommeil réparateur et l'énergie.

Ce Relais & Châteaux propose de lâcher prise durant 5 jours autour notamment de 12 soins spécialement sélectionnés pour leurs bienfaits réconfortants.

Séjour « Sommeil & Quiétude » (4 nuits) pour 2 personnes

Valable tous les jours (sauf Noël et Nouvel An), à partir de 1.270 € /pers.

- L'hébergement pour 4 nuits
- Les dîners gastronomiques à 3 plats à la carte au choix (hors boissons)
- Les petits déjeuners au grand buffet
- Les déjeuners - pause gourmande au buffet du 2ème, 3ème et 4ème jour
- L'accès au « Nature-Spa » de 2.500 m²
- Le programme des 12 soins « Sommeil & Quiétude » par personne

Ce séjour s'adapte également pour les personnes souhaitant se ressourcer en solo.



Au programme de cette « cure » :

**4 séances de flottaison suivies de repos dans la suite privative du flotarium
(séances de 50 minutes chacune)**

Unique en son genre, ce bassin d'eau très salée, avec 4 tonnes de sel d'Epsom, adoucit la peau, détoxifie et tonifie l'organisme pour une énergie retrouvée. Il favorise également un sommeil réparateur et atténue les effets du décalage horaire. En apesanteur, le corps complètement détendu se libère des tensions.

2 séances de kraxenofen au foin bio (séances en duo de 20 minutes chacune)

Le Kraxenofen est un doux sauna au foin chauffé à 45°C. Grâce au foin bio riche en fleurs, ce soin a des vertus calmantes pour l'esprit et stimulantes pour le corps, libérant ainsi les muscles des tensions et éliminant les toxines.

1 modelage en duo du corps aux pierres chaudes des rivières alentours (1h)

Ce massage de l'ensemble du corps aux pierres chaudes et froides des rivières de la région est une véritable invitation au sommeil.

**1 enveloppement au miel frais des ruches de la maison
et à l'huile tiède de bruyères sur lit soft pack (30 minutes)**

Un soin tout en douceur grâce à une préparation au miel et à l'huile tiède de bruyères qui hydrate et nourrit. Sur un matelas d'eau chauffée, on se laisse bercer par la chaleur de ce soin.

4 séances d'hydrojets (séances en duo de 25 minutes chacune)

Cet hydro-modelage de la tête aux pieds masse l'arrière du corps. Il est adapté au client : relaxant ou tonique en fonction de la pression des jets.

Entre chaque soin, chacun pourra profiter du Nature-Spa de 2.500 m2 avec notamment 4 piscines, 5 saunas, 1 grand hammam-ruche, 1 sauna tonneau, un bain bois, des douches à sensations, une plage pétillante,... Chaque jour les hôtes trouveront dans leur chambre une tisane bienfaisante aux plantes calmantes élaborée par l'herboriste de la maison.



Le flotarium, pour une expérience sensorielle



La suite de soins Prairie



Pour profiter pleinement de ce voyage en vallée de la Bruche, on se laissera bercer par une nuit dans l'une des **38 chambres, junior suites et suites** qui s'ouvrent sur un cadre bucolique avec le jardin aromatique, la forêt ou le village en contrebas.

On sera aussi en accord avec la saison en cuisine avec le dîner concocté par le chef Roger Bouhassoun autour des produits locaux que l'on dégustera dans le **cadre authentique chic du restaurant**.

A propos du « Nature-Spa » de La Cheneaudière**** & Spa

Au cœur d'une nature préservée, un spa ouvert 7 jours sur 7 où nature rime avec sérénité : minéral, végétal, bois... Un monde ressourçant empli d'eau pure, de lumière et de chaleur.

2.500 m² dédiés au bien-être et au repos avec de nombreuses installations telles que 4 piscines dont un biotope, 5 saunas dont 1 sauna vitré sur pilotis, 1 grand hammam-ruche, un bain-bois, une plage de micro-bullage, des douches à sensations....

Une gamme de cosmétiques naturels « Simples et Miel » qui raconte l'histoire de la nature généreuse de la région. 3 grandes suites privatives pour des soins d'exception : « prairie », « forêt » et « montagne ».

Après avoir remporté le Prix Villégiature 2014 du « Meilleur Spa d'hôtel en Europe », la Cheneaudière & Spa a obtenu le Trophée International du Meilleur Spa Relais & Châteaux 2016.



Le sauna sur pilotis



Le sauna tonneau



La Cheneaudière & Spa
67420 Colroy-la-Roche
Tél : 03 88 97 61 64
www.cheneaudiere.com

Contact presse : Maryse Masse
Maryse Masse Communication
Tél. : 06 22 468 468
maryse@marysemasse.com