



ACTU SPA

A Belle-Ile-en-Mer (Morbihan)

## Le bonheur ultra-iodé

Sa réputation le précède : vue imprenable sur les falaises de Goulphar, quelques célébrités fidèles et des soins du corps qui mettent en valeur les ressources de l'île... La Thalasso et le spa Castel Clara sont au top !

PAR SIXTINE DUBLY

**I**maginez : de sa chambre, on surplombe la terrasse en teck et ses canapés Tress (Rausch), la piscine extérieure et les bateaux de pêcheurs qui s'affairent au large de la Côte Sauvage. Un cadre idéal pour écrire un roman ou entamer une cure de détox. D'enveloppements d'algues en balades sur la plage et d'huîtres (dès le petit-déjeuner, si, si...) au bercement du ressac, ici, le corps et l'esprit finissent toujours par lâcher prise. C'est peut-être aussi l'histoire familiale du lieu, l'effet dynastie... L'hôtel a en effet été créé dans les années 70 par le grand-père, la thalasso dans les années 90 par le père et le spa en 2008 par le fils, Guillaume Gourny, et sa femme, Myriam. Deux trentenaires qui ont su préserver la sérénité et le chic du lieu en inaugurant une nouvelle aile, avec hammam, sauna et piscine couverte où l'on nage dans l'eau de mer, l'œil rivé sur l'horizon. Si l'on est bien pour rêvasser en sirotant des tisanes au miel brun de Belle-île, il faut régulièrement – en chaussons et peignoir, comme tout bon curiste – se rendre aux soins. Parmi les formules proposées, celle de 2 jours/2 nuits permet de faire un break sans se ruiner. Au programme : quatre soins et un module bain de mer, une belle balade sur la Côte Sauvage et un bain tonique avec un coach sportif. Voilà tout le bien que l'on vous souhaite avant le déjeuner où l'on peut déguster,

selon la saison, sous la houlette du chef Christophe Hardouin, des pousse-pieds (crustacés bizarroïdes et ultra-iodés), du homard et de l'agneau de l'île et, pour les irréductibles, des crêpes au beurre salé. Au spa aussi, on profite des ressources de la mer avec la gamme « Belle-île-en-Mer » du laboratoire breton Science et Mer, qui puise en mer d'Iroise, classée réserve mondiale de la biosphère par l'Unesco, l'une des 1 000 espèces d'algues qui y vivent. Plus typique encore, le soin à la fleur d'ajonc (1 h, 92 €). Un gommage préparé avec ces fleurs jaunes aux pétales veloutés riches en protéines, récoltées le matin même sur l'île et broyées avec du sel de Guérande. Une mixture nature qui sent presque la noix de coco avec un grain idéal pour un gommage tonique mais pas décapant. Suit un massage à l'huile végétale et aux fleurs d'ajonc, toujours avec cette odeur de coco si loin de la Bretagne... Quoi que. Le massage « Belle-île-en-Mer Marie Galante », à la mangue, beurre de karité et aux huiles de pétales de fleur, rappelle que les marins rapportaient sur l'île les épices des Antilles. #



**CASTEL CLARA. Relais & Châteaux, Port de Goulphar, 56360 Bangor, Belle-île-en-Mer. Tél. : 02 97 31 84 21. www.castel-clara.com**  
**Forfait 2 nuits, demi-pension, 2 jours de cure de remise en forme et option Naturopathie, à partir de 530 €/personne.**