


CREEZ VOTRE PROPRE VIDEOCLIP DE DANSE, ET FAITES LA STAR!
 CLIC POUR JETER UN COUP D'ŒIL



MOTS-CLÉS : Tendances beauté | Bien dans sa peau



 Partagez cet article

Spas nordiques: les choix de la rédaction

On avait besoin d'un peu de fraîcheur, cet été. Alors on est allées mariner dans les bains chauds et froids de quatre spas nordiques. Voici ce qu'on en a pensé.

1 2  Évaluez | (2 personnes)



Spa Scandinave Les Bains Vieux-Montréal

C'est où? En plein Vieux-Montréal, entre les murs d'une bâtisse centenaire, bien à l'abri des touristes.

L'ambiance: Le design sobre et épuré, signé Saucier Perrotte architectes, est conçu pour nous faire perdre tous nos repères. Il y a du bois au plafond, des murs qui ne sont pas toujours droits, de l'eau qui tombe presque du ciel. Sans oublier la thermothérapie en pleine ville, une première! Parfait pour les citadines branchées qui recherchent tous les bienfaits d'un spa scandinave à quelques stations de métro.

Le soin: On a testé le forfait Baltique, qui comprend l'accès aux bains scandinaves, un massage exfoliant suivi d'un rinçage sous jets d'eau chaude. On commence par mariner de 15 à 20 minutes dans une eau quasi bouillante, puis on se prélassé dans un sauna à près de 100 degrés Celsius. Relaxation totale. On alterne ensuite avec le rinçage à l'eau (très) froide, pour se sentir ravigotées et tonifiées. On termine la visite par un massage exfoliant aux huiles essentielles et aux particules exfoliantes naturelles, qu'on compose soi-même. Si vous avez la peau sensible, essayez le gommage aux huiles essentielles indiennes et aux fines particules de riz, très doux. Pour finir, on est rincées directement sur la table de massage, où la massothérapeute fait couler un léger jet d'eau chaude sur chaque partie de notre corps.

Publicité



Découvrez tout ce qu'il y a à faire dans le New Hampshire, cet été ! Consultez les forfaits vacances, des itinéraires et bien plus encore. <http://www.visitnh.gov>

Publicité

Nouveautés **MokaSofa.com**
Le réseau des femmes

Dossier Style de rue : les looks les plus inspirants de la semaine.

Publicité

ABONNEZ-VOUS


 ABONNEZ-VOUS AU **MAGAZINE** ELLE QUÉBEC


 ABONNEZ-VOUS À **L'INFOLETTRE** ELLE QUÉBEC

Notre avis: On a hésité à plonger dans le bain fumant, mais notre courage a été récompensé. Quelques minutes plus tard, avec les jets d'eau tombant du plafond, les remous et l'eau salée, on ne voulait plus en sortir! Dans le sauna finlandais, on a aimé le parfum de sapin, et dans le bain de vapeur, l'odeur d'eucalyptus. Quant au massage, on l'aurait voulu plus en profondeur, mais on en ressort tout de même relaxées avec, en prime, une peau neuve et toute douce.

Le coût: 175\$ pour le soin et l'accès aux bains

71, rue de la Commune.

514 288-2009

www.scandinavemontreal.com

Quels sont vos meilleurs trucs beauté pour survivre l'été? Deux paniers cadeaux de produits d'une valeur de plus de 200\$ sont à gagner!

1 [Le spa Scandinave Les Bains](#)

[PROCHAINE PAGE](#)

2 [Le BALNEA, le Finlandais et le spa Orange](#)

CONTENUS ASSOCIÉS



Concours: vos meilleurs... »



QUIZ: Quelle coiffure vous... »



QUIZ – Quelle est votre... »

COMMENTAIRES

Aucun commentaire.

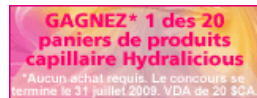
* Champ obligatoire.

Commentez *

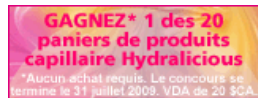
Nom *

Courriel *

CONCOURS



GAGNEZ* 1 des 20 paniers Hydralicious. Cliquez ici pour partager la bonté



GAGNEZ* 1 des 20 paniers Hydralicious. Vivez une expérience Olympique inoubliable



Gagnez une croisière de luxe pour deux!

© 2009 ELLE MAGAZINE. TOUS DROITS RÉSERVÉS

[Contactez-nous](#) | [Annoncez chez nous](#) | [Politique d'utilisation](#) | [Politique de confidentialité](#) | [Elle Canada](#) | [ELLE dans le monde](#)

Nos autres sites: [MokaSofa](#) | [Coup de pouce](#) | [Madame](#) | [Décormag](#) | [Recettes du Québec](#)
[Jardinage.net](#) | [Vita Magazine](#) | [Service Vie](#)

Un site de Médias Transcontinental,
Groupe des solutions aux
consommateurs

Transcontinental

Dernière - nouvelle