



★ CindyLou ★

Fashion victim assumée, Fashionista délurée, acheteuse compulsive éhontée toujours paumée.

I just can't help it !

Designer de mode de profession, chaque minute de mon existence est dédiée à la chasse aux nouvelles tendances mode, beauté, lifestyle.

Mes trouvailles vous seront livrées, ici, sur **Mode-Trotter** !

★ [UN MOT DE CINDYLOU !!](#) ★



• Catégories

- [Beauté](#) (9)
- [Divers](#) (9)
- [LifeStyle](#) (3)
- [Mode](#) (25)
- [Portrait de...](#) (2)
- [StreetStyle](#) (3)
- [Techno](#) (1)

• Articles les plus consultés

- [Little Burgundy chez StyleXchange!!](#)
- [Bienvenue sur Mode-Trotter !!](#)
- [Skinnies, Fluo & Coach Converse](#)
- [Comment Survivre aux Week-ends ?](#)
- [Wayfarers & Jumpsuit... Lovely!](#)

• Archives

- [août 2009](#)
- [juillet 2009](#)
- [juin 2009](#)
- [mai 2009](#)
- [avril 2009](#)

• Vos Commentaires



[Hispong Elbayne](#) sur [Skinnies, Fluo & Coach...](#)



[IAURA](#) sur [Little Burgundy chez Styl...](#)



[CindyLou](#) sur [Du plaisir chez... Po...](#)



[CindyLou](#) sur [Little Burgundy chez Styl...](#)



[At Home with Kim Val...](#) sur [Du plaisir chez... Po...](#)

• Encore + de CindyLou !!

- ★ [Undress Me](#)
- ★ [Altitude-Blog.com](#)

• Les Fashionistas Lisent

- ★ [À La Mode Montréal](#)
- ★ [Annuaire Vide-Dressings Qc](#)
- ★ [Billie Girls](#)
- ★ [Blogue Tendance Mode](#)
- ★ [Chictopia](#)
- ★ [Coutorture](#)
- ★ [Cupcakes & Cashmere](#)
- ★ [Elle M La Mode](#)
- ★ [fffabulous](#)
- ★ [Fashionista](#)
- ★ [Fashion Squad](#)
- ★ [J'adore](#)
- ★ [Jak and Jil](#)
- ★ [Jeans & Stilettos](#)
- ★ [Judith Ritchie](#)
- ★ [Le Blog de Betty](#)
- ★ [Les Punaises](#)

- ★ [LouLou Magazine](#)
- ★ [Modern Antoinette](#)
- ★ [Montreal State Of Mind](#)
- ★ [Refinery 29](#)
- ★ [Sea Of Shoes](#)
- ★ [Style.com](#)
- ★ [Style La Mimi](#)
- ★ [Tendances de Mode](#)
- ★ [The Recessionista](#)
- ★ [The Sartorialist](#)
- ★ [WhoWhatWear](#)

• CindyLou sur Twitter



• BLOGLOVIN'



• DES QUESTIONS ?

chroniques.cindylou{at}gmail.com



• COPYRIGHT

© 2009 MODE-TROTTER. TOUTE REPRODUCTION DE CE SITE INTÉGRALEMENT OU EN PARTIE ET UTILISATION DE SES PHOTOGRAPHIES EST INTERDITE SANS L'APPROBATION ÉCRITE DE L'AUTEUR.

Hamмам Urbain

26 août 2009, 12:50

Classé dans : [LifeStyle](#) | Mots-clefs: [Scandinave](#), [Spa](#)

Depuis quelques années, les spas nordiques se multiplient au rythme de la demande sans cesse grandissante, marquant un besoin bien présent, celui de prendre soin de soi. La détente devient une nécessité évidente pour pallier nos horaires surchargés et au stress constant.

Une expérience spa digne d'un hammam moyen-oriental, ça vous dirait? Ça tombe bien, Spa Le Scandinave nous réserve le nec plus ultra.

Depuis janvier 2009, [Scandinave Les Bains](#) nous accueillent dans l'antre de la détente et des soins corporels, en plein coeur du Vieux-Montréal.

Conçu par l'architecte Gilles Saucier ([Saucier & Perrotte](#)), l'espace de 12 000 pieds carrés, au décor moderne très épuré, est baigné d'une ambiance zen bien sentie. Alliant le froid et le chaud, le métal, la pierre et les superbes plafonds de bois, tout en conservant les murs de pierres d'antan, le Scandinave du Vieux-Montréal offre une expérience extrasensorielle des plus relaxantes, que ce soit en solo, en couple ou entre copines.

Justement! Je m'y suis rendue, il y a quelques semaines, avec une amie, question de retrouver un peu de zénitude à travers toute cette cohue du train train quotidien.

Mission Accomplie!

L'endroit, telle une grotte urbaine, nous a transporté au pays de la détente extrême... Excepté sous la douche glacée et le bain d'eau froide! Brrr! La sensation de bien-être qui s'en suit vaut largement le frisson, croyez-moi!

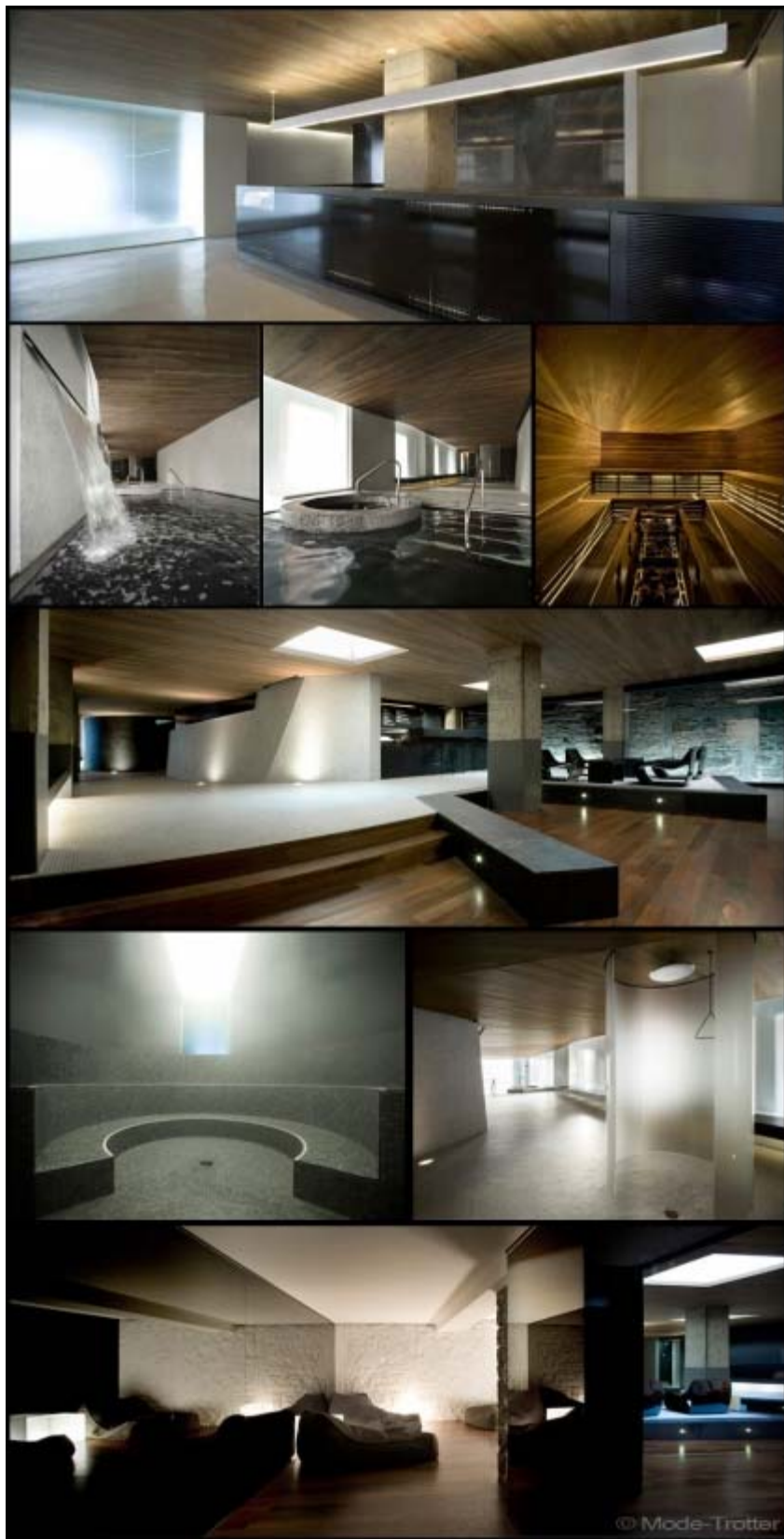
Au rayon du chaud, l'endroit propose un bain de vapeur à l'eucalyptus (mon préféré!), un sauna finlandais ainsi qu'un bain à hydrojets muni d'une chute d'eau. Parfait pour un massage d'épaules express.

Après chaque alternance chaud-froid, une salle de détente meublée de fauteuils [Fatboy™](#) nous accueille pour un moment de relaxation qui s'impose. Le bar à smoothies offre de l'eau aromatisée à volonté ainsi que des petites bouchées pour combler les petits creux.

Besoin de détente extrême? Direction la salle zéro stress. Un endroit où le silence est complet, les lumières tamisées et la relaxation bien sentie.

Question de pousser l'expérience détente un peu plus loin, copine et moi avons aussi profité des massages offerts : Suédois, Deep Tissue et aux pierres volcaniques. Hmmmmm... Un must!

Nous en sommes sorties libérées de toutes tensions et prêtes pour..... Un bon dodo!!



Scandinave Les Bains – Vieux-Montréal

www.scandinavemontreal.com

514.288.2009

[Laisser un commentaire](#)

Pas encore de commentaires jusqu'à présent

[Laisser un commentaire](#)

[Flux RSS des commentaires de cet article.](#) [URI de Trackback](#)

Laisser un commentaire

Retour à la ligne et paragraphes automatiques, adresse courriel toujours cachée, code [HTML](#) permis: <abbr title=""> <acronym title=""> <blockquote cite=""> <cite> <code> <pre> <del datetime=""> <i> <q cite=""> <strike>

Nom (obligatoire)

E-mail (will not be published) (obligatoire)

Site web

Votre commentaire

- M'aviser des nouveaux commentaires par courrier électronique.

[Publié sur WordPress.](#)

[Benevolence](#) thème par Theron Parlin.

Notes syndiquées utilisant [RSS](#) et [Commentaires \(RSS\)](#). Ce thème contient un/une/des ... valide(s) [XHTML](#) et [CSS](#).

☺