

# TOURS MAGAZINE MADAME

VOUS REND CÉLÈBRE 

HYGGE,  
la recette  
du bonheur  
danois

10 lieux insolites  
pour lui dire je t'aime

NATALIE  
DESSAY  
"Tours m'a  
adoptée..."

Destination  
LES CYCLADES

THALASSOS  
ET SPAS  
À DEUX PAS  
DE CHEZ  
NOUS

Marc-Arnaud Pavageau :  
une success story



Entre mer, ciel et vignes, des hectares de nature protégée, un domaine posé au bord de l'océan.



Avec deux fourchettes au guide Michelin et un bassin d'eau de mer chauffée à 32°, l'Atalante dispose de solides arguments pour séduire. Tout ici invite à la quiétude, à l'apaisement et au bien-être, tout en offrant des services connectés : une balance vous coache sur smartphone, une montre suit votre activité physique, et un système de sommeil connecté vous garantit un endormissement et un réveil optimal.



## Cryothérapie et mal de dos à SAINTE-MARIE-DE-RÉ

Nouveau !

- L'espace cryothérapie

La cryothérapie est l'exposition du corps à une température extrême comprise entre -130 et -160°, pendant 3 minutes. Le choc thermique augmente la résistance générale de l'organisme et permet une récupération plus rapide, par son effet anti-inflammatoire et antalgique.

- Séjour premium santé "dos et articulations"

Ce programme Thalavie Premium permet de renforcer les muscles du dos, soulager les douleurs articulaires et améliorer durablement la mobilité et la souplesse articulaire. Des experts personnalisent les soins, l'alimentation et les activités physiques en fonction des troubles de chacun, qu'ils soient digestifs, ostéo-articulaires, cardio-métaboliques ou la simple fatigue d'un stress chronique et de nuits perturbées.



RELAIS THALASSO ILE DE RÉ HÔTEL ATALANTE\*\*\*\*

Port Notre Dame - 17740 Sainte Marie De Ré  
Tél : 05 46 30 22 44 - [www.thalasso-iledere.com](http://www.thalasso-iledere.com)