



QUARTIERS LIBRES / ÉVASION

TENDANCE

GO... SPORT !

Combiner activité physique et découverte d'un pays, effectuer son entraînement avec le coach d'un palace, profiter d'un séjour balnéaire pour s'initier ou se perfectionner en tennis ou en kitesurf... Quatre pistes pour s'aérer l'esprit et faire le plein d'endorphines.

**1 PISCINE ET BOOT CAMP URBAIN**

Pour la deuxième année consécutive, Le Royal Monceau lance son boot camp de printemps, deux fois par mois. Originellement destiné aux militaires, le boot camp est un entraînement sportif intense pratiqué en extérieur. Le palace de l'avenue Hoche profite de la proximité du parc Monceau pour y coacher ses clients. Le but : « Repousser ses limites dans une dynamique de groupe, pour se forger un corps de rêve ! » Après la séance, retour au palace pour une douche, quelques longueurs dans la piscine et un petit déjeuner complet. Activité ouverte à tous, résidents ou pas.

Le Royal Monceau (01.42.99.88.99 ; Leroyalmonceau.com). A partir de 150 € la séance incluant 1 h de boot camp, l'accès au spa, un petit déjeuner buffet au restaurant La Cuisine.

2 UNE ÎLE, UN STAGE DE KITESURF

Face à la recrudescence de la demande d'activités sportives, Héliades développe de nouvelles propositions destinées aux amateurs de glisse. Plusieurs de ses clubs 4 et 5 étoiles, situés sur des îles réputées pour leurs plages et leurs vents propices, travaillent en partenariat avec une école de kitesurf. Pour une initiation ou un perfectionnement. Seul, en couple, en tribu ou en famille. Au Cap Vert, sur l'île de Sal, le Club Héliades Riu Funana 5 étoiles, et à Zanzibar, le Spice Island Hotel & Resort 4* suggèrent des stages à la carte. Pour ceux qui aiment l'esprit « club », sans prétention et à prix doux.

Héliades (0.892.23.15.23 ; Heliades.fr). A partir de 1 049 € par personne pour un forfait comprenant les vols, transferts, 7 nuits à Sal tout inclus. Kitesurf : 350 € pour 11 h de cours (5 leçons).

3 GRÈCE : JOUE-LA COMME NADAL !

En avril, c'est en Chalcidique, au nord-est de la Grèce, qu'ouvrira le premier Rafa Nadal Tennis Centre d'Europe, au sein du Sani Resort de Kassandra. Le complexe hôtelier 5 étoiles, baigné par les eaux turquoise de la mer Egée, s'est associé avec le célèbre champion pour offrir à ses clients 8 terrains de tennis et des cours exclusifs (pour tous âges et tous niveaux) dispensés par des professeurs formés à la « méthode Nadal ». Une nouvelle corde à l'arc de cet hôtel hypersportif qui proposait déjà des académies de foot, de voile, de vélo et de ski nautique.

OOVATU (01.83.77.70.07 ; Oovatu.com). A partir de 1 620 € avec les vols, les transferts et 7 nuits au Sani Resort en Double Room Private Garden et demi-pension. Cours de tennis gratuits pour les clients de l'hôtel.

4 LE BONHEUR EST DANS LE VTT

Spécialiste de la randonnée (à pied, ski et vélo), Grand Angle compile plus d'une centaine de circuits à bicyclette, avec ou sans assistance électrique. Divisés en deux catégories : « voyages guidés » (en petit groupe avec un accompagnateur) et « voyages liberté » (en individuel avec un carnet de route : réservations d'hôtels, location de matériel, cartes, GPS...), ils se déroulent principalement en Europe. Outre les suggestions d'itinéraires à la carte (d'Amsterdam à Bruges ; Bourgogne du Sud : grands crus et art roman ; île de Minorque ; côte de l'Algarve par l'Ecovia...), Grand Angle compose des voyages personnalisés et sur mesure.

Grand Angle (04.76.95.23.00 ; Grandangle.fr). A partir de 590 € pour 6 jours en Bourgogne (prix d'appel en hôtels 2 et 3 étoiles).