

Escale thalasso en ville



bien-être

Détente totale, hammam, bain hydromassant, douche solaire et massage complet au cœur de Bruxelles

Pas besoin de courir à Spa ou dans un centre thermal un peu excentré pour se faire plaisir et, surtout, s'offrir un moment de détente anti-stress garanti !

Installée depuis plus de 30 ans à Bruxelles, Nadine Salembier, kiné de formation, a voulu apporter aux gens de la ville la possibilité de s'accorder un break hors du temps, sorte de mini-thalasso accessible... en métro. L'institut vient en effet de déménager pour s'installer sur le prestigieux boulevard de

Waterloo, entre deux boutiques de luxe, à deux pas de la station Louise, mais en offrant des prix qui laissent la séance bien-être accessible au plus grand nombre.

En tout cas, pour 150 euros, vous pouvez vous offrir un complet *évasion* qui va vous plonger pendant trois heures dans une autre dimension sur fond de musique new-age. Intéressant : le centre *beauté et vie* dispose de cabines en duo pour le vestiaire et le massage. Loulou sur une table, chouchou sur l'autre.

Et 4 mains (au total) très expertes pour appuyer le massage facial et corporel (tout y passe, même les orteils), sans oublier ce drôle de petit appareil pour le massage crânien ! Et quand la masseuse y ajoute un petit jet d'oxygène pour titiller vos narines et une lumière forte de photothérapie, c'est le coup de fouet assuré.

Nadine Salembier a voulu que la lumière entre partout dans ces 600 m² d'espace, alors, couchée sur la table de

massage, c'est le ciel (bleu ce jour-là) qui vous surplombe.

Idem quand les bulles du bain hydro-massant aux huiles essentielles vous emportent pour 20 minutes de plaisir, complétées ensuite par la douche solaire, une douche qui vous arrose allongée sur un banc de céramique (chauffé) et y ajoute ses lumières UV pour un sursaut d'énergie. Juste à côté, le hammam sera la première étape de votre *purification*.

En final, une serviette chaude sous la nuque, vous en oubliez cet atroce petit slip jetable qui vous transforme en sumo (en moins volumineux tout de même) et la charlotte qui vous colle sur la tête. C'est qu'on est tellement bien qu'on n'a plus du tout envie de repartir dans un métro bondé !