

# LES ESCAPADES

EN VAL DE LOIRE

## ESCAPADE COCOONING EN TOURAINE ET POITOU



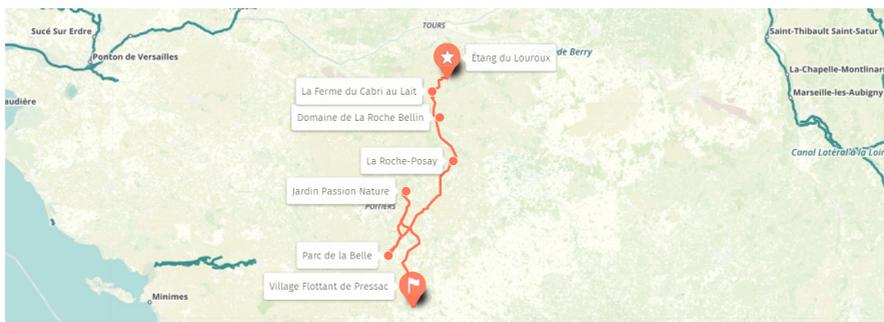
Un séjour  
Nature



Durée  
3 jours



Distance  
230 km



### JOUR 1 : L'ÉTANG DU LOUROUX ET LA FERME DU CABRI AU LAIT

Pour ce premier jour d'escapade, on vous propose une petite randonnée en Touraine autour de l'étang du Louroux, au sud de Tours. Vous pouvez vous y promener librement, à votre rythme, profiter du calme de la nature environnante ou suivre la randonnée de l'étang du Louroux, un parcours de deux heures idéal pour observer et découvrir toute la richesse écologique des milieux humides. Arrêtez-vous à l'observatoire ornithologique et ouvrez l'œil ! Vous aurez peut-être la chance d'observer quelques espèces d'oiseaux parmi la centaine recensée dans ce site classé espace naturel sensible...

Après ce grand bol d'air frais, on vous conseille de continuer la journée avec une visite des Jardins du Cabri, à la ferme du Cabri au lait, à quelques kilomètres de l'étang. Claire et Sébastien vous accueillent dans leur ferme biologique : ils élèvent près d'une centaine de chèvres pour faire du fromage et d'autres produits laitiers certifiés bio, et cultivent également de nombreuses plantes aromatiques et médicinales.

C'est une visite pleine de bonne humeur qui vous attend !

Enfin, on vous propose de terminer la journée avec une nuit dans un hébergement inso-

lite. Au domaine de La Roche Bellin, vous pourrez choisir de dormir dans une yourte, une roulotte, une cabane ou un lodge. Quel que soit l'hébergement que vous choisissiez, on vous promet dépaysement et déconnexion totale !

### **JOUR 2 : LA ROCHE-POSAY**

Pour ce deuxième jour, direction la Vienne pour une journée détente à La Roche-Posay, l'une des plus anciennes stations thermales françaises.

En matière de spa et de bien-être, aucun doute, La Roche-Posay est une destination d'exception ! Au centre thermal de la ville, laissez-vous tenter par des soins alliant nature et savoir-faire dermatologique. Un lieu d'exception, où le calme règne et où on fait de votre bien-être une priorité. Venez découvrir le bassin en eau thermale à 32°C, son sauna, son hammam, ses espaces de repos et son solarium. L'idéal pour oublier tous les tracas du quotidien !

Après cette journée reposante, offrez-vous une promenade au parc de la Belle et poursuivez votre chemin vers un retour aux sources ! Prenez le temps d'arpenter une partie des 12 ha du parc pour découvrir ses quelques 20 000 plantes, ses nombreuses essences d'arbres et variétés de fleurs, le tout agencé autour d'une magnifique maison de maître du XIXe siècle. Cette belle balade peut se prolonger dans l'un des hébergements insolites du parc, pour une nuit en harmonie avec la nature.

### **JOUR 3 : SYLVOTHÉRAPIE ET VILLAGE FLOTTANT**

Vous connaissez les bains de forêt ? C'est l'activité bien-être et cocooning parfaite pour ce troisième jour d'escapade ! Pour cela, rendez-vous à quelques minutes de Poitiers pour une séance de sylvothérapie avec Bellinda et François, de Jardin Passion Nature. Au cœur de la forêt domaniale de Moulière ou de Vouillé ou du Bois de St Pierre, venez vivre une expérience unique et découvrir la force et le bien-être extraordinaire offerts par les arbres.

Éloignez-vous des problèmes du quotidien et prenez le temps de ralentir pour entrer dans une bulle de bien-être. Les bains de forêt ne sont pas des randonnées, mais bel et bien des moments privilégiés de reconnexion à la nature et à soi. Un moment hors du temps durant lequel vous serez invités à observer les arbres et les plantes, écouter les sons qui vous entourent, toucher le sol, les feuilles, la mousse ou le tronc d'un arbre, ressentir les émotions et les souvenirs qui ressortent... Et pourquoi pas, pour terminer, goûter un thé concocté avec des aiguilles de pin ou des fruits sauvages.

Enfin, terminez ce séjour en beauté avec une nuit dans un lieu d'exception : le village flottant de Pressac. Un lieu insolite sur l'eau avec des cabanes flottantes ou sur pilotis et des lodges façon écosafari pour une nuit hors du temps et résolument originale.