



**Auvergne  
Rhône-Alpes**  
Tourisme



## VOYAGE DE PRESSE BIEN-ÊTRE THERMAL en Auvergne-Rhône-Alpes

**Du mercredi 8 au samedi 11 juin 2022**

La région Auvergne-Rhône-Alpes offre une palette de destinations, avec la ville de Lyon, capitale de la gastronomie, les Alpes et le Mont Blanc, le toit de l'Europe, la Drôme et l'Ardèche, évocatrices de la Provence, l'Auvergne et ses volcans.

<https://www.auvergnerhonealpes-tourisme.com/>

Ancrées au cœur d'une nature d'exception, les 24 stations thermales d'Auvergne-Rhône-Alpes proposent des séjours bien-être à composer au gré de vos envies pour conjuguer plaisir, ressourcement et prévention santé.

<https://www.auvergnerhonealpes-tourisme.com/bien-etre-thermal>

### **Organisateurs :**

**Vanessa MICHY**, attachée de presse, [v.michy@auvergnerhonealpes-tourisme.com](mailto:v.michy@auvergnerhonealpes-tourisme.com)

**06.61.27.27.48**

**Lawrence DUVAL**, Bien-être thermal, [l.duval@auvergnerhonealpes-tourisme.com](mailto:l.duval@auvergnerhonealpes-tourisme.com)

**06.07.65.57.54**

### **Réseaux sociaux**

#### **Auvergne-Rhône-Alpes Tourisme**

FACEBOOK : @auvergnerhonealpestourisme

INSTAGRAM : @auvergnerhonealpes.tourisme

PINTEREST : @AuvergneRhôneAlpes\_Tourisme

TWITTER : @RDV\_Experience

YOU TUBE : @Auvergne-Rhône-Alpes Tourisme

#myauvergnerhonealpes #renaitreici #feelrebornhere

#### **Ardèche Tourisme**

FACEBOOK : @ardechetourisme

INSTAGRAM : @ardechetourisme

TWITTER : @ArdecheTourisme

#ardechetourisme #merveillesparlardeche

#### **Auvergne Destination**

FACEBOOK : @auvergnedestination

INSTAGRAM : @auvergnedestination

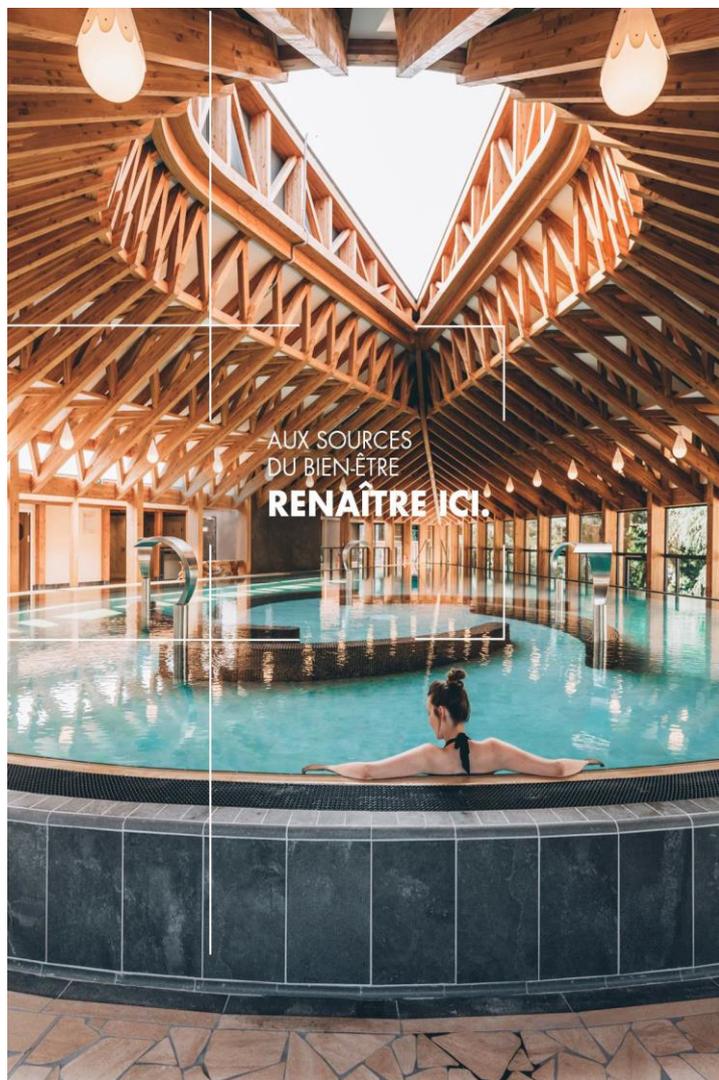
TWITTER : @AuvergneDest

#auvergnedestination

# PROGRAMME

**Mercredi 8 juin 2022**

**VALS-LES-BAINS (Ardèche)**



Aux portes du sud de l'Ardèche, entourée de jeunes volcans, Vals-les-Bains et ses 145 sources est à la confluence de trois rivières : l'Ardèche, le Voltour et la Volane.

Ici, l'or bleu est partout. Baignade, canyoning, pêche : les rivières et les thermes offrent tous les plaisirs et bienfaits de l'eau.

Depuis 1602, l'eau de Vals, servie à la cour des rois, fait partie des plus anciennes sources exploitées de France. Historiquement spécialiste du traitement du diabète et des affections métaboliques, les thermes de Vals soignent aussi les rhumatismes depuis 2020.

<https://www.aubenas-vals.com>

FB : @ardeche.secrete / YouTube : Ardèche Secrète

Ainsi baptisé en hommage à l'immense séquoia du parc thermal, le Spa Sequoia Redwood, ouvert en 2021, comprend, sur 1 500 m<sup>2</sup>, un parcours sensoriel proposant 14 étapes autour de l'eau thermale (piscine, bain chaud, bain froid, hammam, sauna...) ainsi que des espaces de soins dédiés au bien-être individuel (massage, enveloppement, soin du visage...).

Une gamme de produits cosmétiques spécifiques à été conçue par les Thermes et le laboratoire Valsois Germandré.

<https://www.thermesdevals.com/spa-sequoia-redwood-ardeche/>

FB : Spa Séquoia Redwood / Pinterest :

SpaSequoiaRedwood / tiktok : spasequoiaeredwood / YouTube : Thermes de Vals-les-Bains & Spa Séquoia Redwood

## **10h24 : arrivée de Mme Colombe Freynet à la gare de Valence TGV Rhône-Alpes Sud**

(départ à 8h12 de Paris Gare de Lyon)

Accueil par Cécile Broc de l'Agence de Développement Touristique de l'Ardèche (06.89.86.66.19) et transport en voiture jusqu'à l'hébergement (1h15 de route)

## **11h45/12h : installation au Mas de Saribou**

## **11h14 : arrivée de Mme Cristel Joiris à la gare de Valence TGV Rhône-Alpes Sud**

(départ à 7h02 de Bruxelles Midi)

Accueil par Lawrence Duval, Auvergne-Rhône-Alpes Tourisme (0032.607.65.57.54) et transport en voiture jusqu'à l'hébergement (1h15 de route)

### **12h45/13h : installation au [Mas de Saribou](#)**

Dans un vallon calme et ensoleillé d'Ardèche méridionale, près de la rivière Lioupoux à Vesseaux au cœur du Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche, se cache le Mas de Saribou ; une maison contemporaine et écologique avec piscine naturelle et jardin méditerranéen.

**13h à 14h00 : déjeuner** pique-nique au Mas de Saribou en présence d'Emilie Bertrand des Thermes de Vals et Neyrac les Bains et d'Elise Mathieu, de l'office de tourisme du Pays d'Aubenas-Vals-Antraigues (repas préparé exceptionnellement pour nous par Annick, la propriétaire du gîte, avec des produits bio et locaux)

### **Programme pour Cristel :**

- **14h30 à 15h30** : découverte de l'activité relaxation aux sons des bols tibétains, bâtons de pluie, bols de cristal, ... avec Marjolaine dans les jardins du Mas.
- **16h00** : flânerie valsoise : visite de la station thermale de [Vals-les-Bains](#) et dégustation de glaces « Made in Ardèche » en compagnie de Tony, de l'OT de Vals
- **17h00** : arrivée au [Spa Séquoia Redwood](#) et découverte du parcours sensoriel (14 étapes)

### **Programme pour Colombe :**

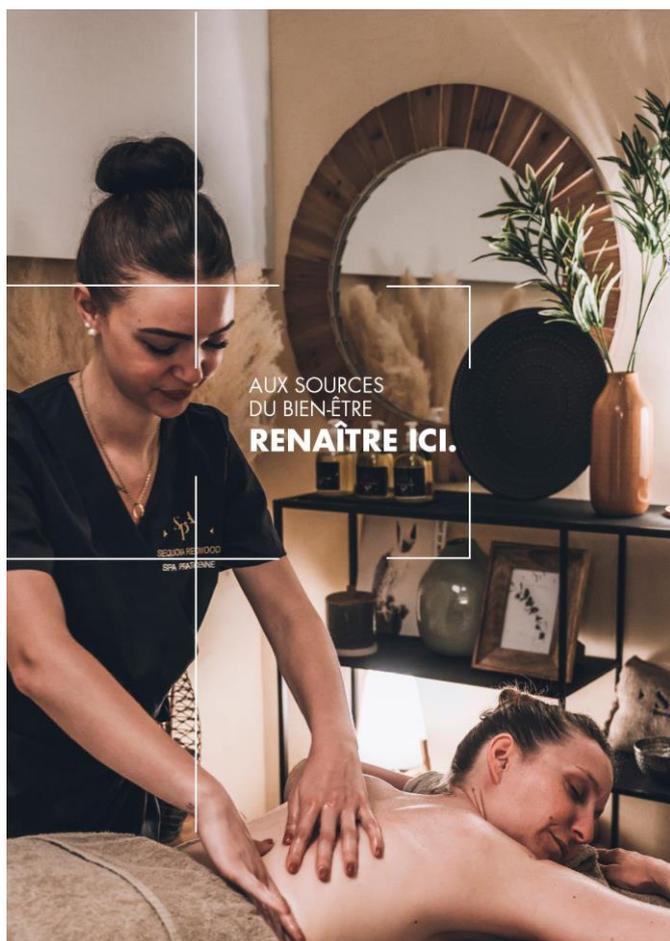
- **14h à 14h45** : transfert dans la [vallée de la Besorgues](#) pour une activité canyoning
- Débrief et prise de matériel (combinaison, casque, ...)
- **15h15 à 17h00** : [descente en canyoning](#)
- **17h30** : arrivée au [Spa Séquoia Redwood](#)

### **18h30 : soins pour les 2 journalistes**

Un massage sportif de 40 minutes (nouveau 2022) et 1 douche au jet

**20h00 : dîner à Aubenas** (sans repasser au Mas) au restaurant [Le Clos de la Tour](#). La diététicienne des Thermes, Mélody et l'OT de Vals se joindront au repas

**Et nuitée** au [Mas de Saribou](#)



A 15 km de Vals-les-Bains se trouvent les Thermes de Neyrac-les-Bains, proche des villages de caractère de Meyras, Jaujac, Thueyts et bien d'autres. Dans une nature généreuse et sauvage, le territoire Ardèche des sources et volcans incite à la contemplation et à la « slow life ».

<https://ardechedessourcesetvolcans.com/>

FB : @Ardechedessourcesetvolcans / Insta : Ardèche des Sources et Volcans

Les eaux de Neyrac sont bicarbonatées, silicatées, calcosodiques, magnésiennes et carbogazeuses, elles sont aussi riches en oligoéléments. Elles sont excellentes en usage dermatologique et rhumatologique. Récemment, une piscine de mobilisation panoramique face au parc thermal a été installée ainsi que des piscines de Kneipp (alternance bains chauds et bains froids).

<https://www.thermesdeneyrac.com/spa-thermal-neyraclesbains/>

Petit-déjeuner au Mas de Saribou

**9h00 : départ pour le village de caractère d'Antraigues-sur Volane, et ses ruelles aux « 100 têtes sculptées »**

**9h30 à 11h00 : Visite du village d'Antraigues-sur-Volane**

Petit village Cévenol perché au-dessus de 3 rivières ardéchoises ! Village de caractère incontournable dans le département, Antraigues séduit par sa douceur de vivre et son ambiance méridionale. Une partie de pétanque sur la place du village ... Un week-end de flânerie entre ruelles et fondations de l'ancien château ... Une escale à 470 m d'altitude pour admirer les jeunes volcans et les châtaigniers séculaires...

**12h00 : déjeuner au restaurant Le Point d'Orgues à Fabras, en compagnie de Sophie et Angélique de l'office de tourisme Ardèche des sources et volcans.**

Le restaurant fait partie du réseau **Bistrot de Pays**, et possède une belle terrasse avec une vue plongeante sur les coulées basaltiques, atout touristique de ce petit village.

### **14h00 à 16h00 : activités outdoor nature**

Pour Cristel : randonnée (visite immersive biodiversité, géologie et source d'eau minérale) **au cœur du Géopark UNESCO** Visite chez Yzo, artiste sculpteur sur métal ;  
Pour Colombe : Via Ferrata sur le site du pont du Diable

### **16h00 à 18h00 : visite et soins au Spa des Thermes de Neyrac-les-Bains**

*Découverte du nouveau parcours du Spa des Thermes, conçu pour être suivi dans son ensemble ou par partie selon son envie du moment. Il alterne le chaud et le froid afin d'en apprécier au mieux ces vertus .Il comprend l'accès à la piscine thermale avec cols de cygne et jacuzzi, au vaporarium, au sauna et aux piscines de Kneipp (bains chauds et froids).*

### **17h00 : soins pour les 2 journalistes**

Un enveloppement de limon thermal (décontractant) et un soin du visage

### **18h00 : installation et détente à la Calade, chambres d'hôtes de charme à Chirols**

### **19h30 : dîner au restaurant Claude Brioude, à Neyrac-les-Bains**

*Découverte de la cuisine gastronomique du Chef Claude Brioude, en étroite collaboration avec les producteurs locaux. Une cuisine personnelle riche en saveurs et en textures, pour être au plus près de la nature, de la saison et aller plus loin dans son engagement écologique et social.*

### **Nuitée à La Calade**

Ancienne ferme fortifiée, dont les premières pierres furent posées au XV<sup>e</sup> siècle se situe en plein cœur du Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche, à 650 m d'altitude dans un cadre d'exception.



Idéalement située dans le Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne, au cœur du territoire Terra Volcana, Châtel-Guyon est une ville d'eaux « Belle époque » qui marie avec élégance, tourisme et thermalisme. Partez à la découverte de cette cité aux deux visages : sa partie village, avec ses maisons typiques du pays brayaud, construites le long de ruelles pentues, et son quartier thermal où villas fantasques, hôtels baroques, thermes et casino présentent un festival d'architecture au fil de votre découverte.

<https://www.terravolcana.com/nos-incontournables/chatel-guyon-station-thermale-de-charme/>

FB : @terravolcana / Insta : terravolcana

En 2021, Châtel-Guyon vous accueille au sein d'Aïga Resort Thermal, le nouvel écrin thermal et touristique unique en Europe. Fleuron de renouveau du thermalisme, Aïga resort est un resort thermal nouvelle génération, accessible à tous, au service de la pleine santé où se complètent un établissement thermal, un spa thermal, une résidence de tourisme 4 étoiles, un restaurant et un pôle de recherche, de formation et d'information

<https://aiga-resort.com/fr>

FB : @aigaesort / Insta : aigaesort / In : Aïga resort thermal de Châtel-Guyon

**09h00 : après le petit-déjeuner, départ en voiture pour Châtel-Guyon en Auvergne**  
(3h30 de route)

**12h30 : déjeuner à l'[Auberge la Croix de Fer à Riom](#)**

L'auberge offre depuis sa terrasse couverte, une vue panoramique sur la Chaîne des Puys. Le restaurant est reconnu par le « Collège culinaire de France » pour son hospitalité, et l'exigence du « fait maison ».

**Programme de l'après-midi au Resort Aïga**

Reconnue comme "La station européenne de l'intestin" pour l'efficacité de ses eaux sur les pathologies digestives, la station traite également avec succès les affections rhumatologiques. Châtel-Guyon dispose avec Aïga Resort, d'un complexe thermal et touristique nouvelle génération, accessible à tous, associant et reliant entre eux sur un même lieu de 15 000 m<sup>2</sup> tous les services nécessaires à un bon séjour thermal.

Son nom symbolise à la fois l'eau thermale naturelle - Aïga, l'eau en occitan - dont la minéralité unique a fait la renommée de Châtel-Guyon dans le traitement thermal des affections digestives, rhumatologiques et urinaires depuis plus de 150 ans et le concept moderne de resort qui regroupe toutes les prestations et les activités du territoire qui lui sont associées.

**14h00 – 15h30 : Atelier nutrition** dans la cuisine pédagogique

**15h30 – 16h :rencontre avec le Docteur Karine Martin-Daillan** (Médecin Thermal) dans la cuisine pédagogique

**16h-16h30 : Check-in** pour les appartements.

**Accès et découverte des équipements du spa** avant leur soin (piscine, jacuzzi, hammam, douches sensorielles, etc.)

**18h00 – 19h00 : Soins au spa**

**18h00 : soins pour les 2 journalistes**

Bain hydromassant / douche sous affusion / massage sur mesure de 20 minutes)

**Dîner : au restaurant nutrigastronomique Aïga**

*Dans une ambiance brasserie inspirée des années 1930, le restaurant propose un nouveau concept culinaire innovant : la Nutrigastronomie . Cette cuisine savoureuse et de saison, adaptée aux envies et besoins de chacun (pauvre en gluten et en lactose) apporte le plaisir gustatif à vos papilles et pleine santé à votre organisme. Nées de l'alliance de notre chef et de notre diététicienne-nutritionniste, toutes les recettes ont été élaborées, dans une démarche éco-responsable, à partir d'ingrédients naturels, bio le plus souvent et locaux.*

**Nuitée à la résidence de tourisme\*\*\*\* Aïga**

*Inspirés de l'architecture Belle Époque de Châtel-Guyon, Aïga résidence\*\*\*\* et ses 90 appartements vous offrent un cadre de vie d'exception, alliant à la perfection modernité et beauté intemporelle de l'Art déco pour un séjour régénérant.*

**Samedi 11 juin 2022**

**CHÂTEL-GUYON (Puy-de-Dôme)**



Petit-déjeuner équilibré au restaurant Aïga pour une matinée sportive avec [l'ASM Vitalié](#)

matinée sportive avec [l'ASM Vitalié](#)

Pour Cristel : soit un bilan sportif de 30 minutes, soit matinée libre

Et check-out à 10h45

Pour Colombe :

10h15 : cours de Pilates

11h30 cours d'Aquabike

Et check-out à 12h30

**11h00 : départ de Cristel en VTC pour Lyon**

(2h de voiture) en VTC Charles Limousines

**14h00 : départ du train TGV 9866 de Lyon Part-Dieu**

**17h43 : arrivée à Bruxelles Midi**

**12h30/13h : Déjeuner** à la Brasserie [Café Colonial](#), le restaurant du Casino pour Colombe et Vanessa

**14h00 : visite commentée** de Châtel-Guyon avec une guide conférencière puis départ pour la gare de Riom/Châtel-Guyon

**16h38 : départ de Colombe par le train n°5978**

**19h57 : arrivée à Paris Bercy**

**Bon Séjour en Auvergne-Rhône-Alpes**

**Nous tenons des photos à votre disposition en vous connectant à notre photothèque : <https://phototheque.auvergnerhonealpes-tourisme.com/>**

## Remerciements à tous nos partenaires

