

LA MAISON D'ESTOURNEL

Retraite de yoga « Escape & Balance » dans le Médoc

*La Maison d'Estournel propose dès la rentrée
un séjour bien-être inédit, encadré par la coach Laure Dary*



Du 27 au 29 septembre, cap sur les côtes médocaines pour prendre soin de soi. La Maison d'Estournel invite à une retraite bien-être complète, dans un cadre des plus apaisants entouré de vignes. Ce séjour régénérant sera organisé par Maison Of(f) Wellness, plateforme fondée par l'experte Laure Dary.

www.lamaison-estournel.com

Le temps d'un week-end, cette danseuse professionnelle et professeure de yoga guidera les participants à travers une pratique Vinyasa visant à harmoniser le corps et l'esprit, à améliorer la flexibilité, la force et l'équilibre tout en réduisant le stress. Laure pratiquera des exercices de Barre au Sol inspirés de la danse classique pour une meilleure posture, perfectionnant la tonicité, la flexibilité et l'alignement du corps. Pour un ressourcement complet, une séance de Stretching sera consacrée à la souplesse du corps dans son intégralité pour des muscles longs et fins et un esprit apaisé. Un atelier « Your Face » révélera quant à lui les techniques de yoga du visage, de l'automassage et de l'acupression.

Au-delà de ces sessions, la quête de relaxation vient s'enrichir d'activités diverses. L'hôtel offre un îlot de pure détente avec sa piscine chauffée, à l'abri des regards et avec vue sur les vignes. A proximité se trouve un espace fitness équipé en matériel Technogym® de dernière génération, apportant une nouvelle dimension au cadre bucolique des lieux. Envie de se ressourcer au grand air en pleine nature ? Les hôtes peuvent emprunter les vélos électriques mis à leur disposition, pour une balade dans les vignes environnantes ou pour partir à la découverte des villages de Pauillac et de Saint-Estèphe.



Pour parfaire cette retraite, une visite ainsi qu'une dégustation privilégiée au sein du Château Cos d'Estournel, également propriété de Michel Reybier, sont inclus dans le séjour. Enfin, des soins corps et visage de la marque Swiss anti-aging science Nescens – prodigués dans la Yourte dédiée au bien-être, lovée au fond du majestueux parc centenaire – pourront être réservés.

La combinaison parfaite pour se déconnecter du quotidien, se ressourcer et se faire plaisir en cette période d'été indien !

INFORMATIONS PRATIQUES

La retraite de yoga « Escape & Balance » orchestrée par Laure Dary à La Maison d'Estournel comprend 2 nuits avec petits-déjeuners, déjeuner, brunch et dîners healthy servis dans le confort du restaurant, sur la terrasse ensoleillée ou dans le parc aux arbres centenaires, ainsi que 3 séances sportives et 1 atelier.

Package à partir de 1 740 euros par personne.

Du vendredi 27 au dimanche 29 septembre.

Séjour accessible à tous les niveaux.

[Programme complet et réservations via ce lien](#)



LA MAISON D'ESTOURNEL

Route de Poumeys « Leyssac » · 33180 Saint-Estèphe · +33 (0)5 56 59 30 25 · reservations@laimaison-estournel.com · www.laimaison-estournel.com

CONTACT PRESSE : Aurore Cornic · Directrice de la Communication et Marketing France · La Réserve Hotels, Apartments, Villas and Spas · +33 (0)1 58 36 60 12 · acornic@lareserve.com

www.michelreybier.com



À PROPOS DE LA MAISON D'ESTOURNEL

Lovée dans les vignes du Médoc, tout près de l'Estuaire de la Gironde, la résidence historique du propriétaire du Château de Cos d'Estournel s'est transformée en une demeure au charme champêtre, dédiée au bonheur de se ressourcer en pleine nature. Le temps d'un weekend ou d'une escapade de quelques jours, La Maison d'Estournel accueille les citadins en quête de déconnexion, avec ses 14 chambres élégantes et chaleureuses. Le designer anglais Alex Michaelis a imaginé un décor en affinité avec l'environnement. L'occasion de renouer avec un mode de vie sain et authentique dans un refuge cosy, pensé comme une maison privée, loin des codes de l'hôtellerie classique.



A PROPOS DE LAURE DARY

Originaire de Corse, c'est à Ajaccio que Laure Dary apprend à danser. A 21 ans, elle poursuit son chemin vers Paris où sa carrière de danseuse professionnelle démarre sous la direction de grands chorégraphes. En quête d'ancrage et de bien-être personnel, Laure Dary découvre le yoga. Elle conjugue alors à son quotidien la danse avec cette discipline. C'est seulement après 6 ans de pratique intense qu'elle décide de se former au yoga. En 2019, Laure Dary fonde la Maison Of(f) Wellness, présentant un concept unique de « Shapes in Motion® ». Cette méthode, créée par ses soins, est librement inspirée des postures de yoga, d'exercices techniques de la barre du danseur pour travailler la tonicité, la flexibilité, la fluidité du mouvement et les transitions entre les postures.



À PROPOS DE MICHEL REYBIER HOSPITALITY

Depuis plus de 20 ans, Michel Reybier ouvre la voie à une vision singulière très contemporaine du luxe et de l'hospitality. Chacune des adresses Michel Reybier Hospitality porte les valeurs qui lui sont chères : excellence, authenticité et simplicité. Dans un hôtel, une villa ou un appartement privé, à la montagne ou en bord de mer, à la campagne, au cœur des vignobles ou en ville... Une seule exigence, des lieux d'exception qui vibrent d'une émotion particulière. Une seule ambition, partager un art de vivre raffiné, dédié au bien-être et au plaisir des hôtes avant tout. Cette démarche holistique repose sur des expériences inoubliables, où sport, alimentation, wellness et passion forment un tout. Un parti-pris conforté par l'expertise médicale de Nescens dont l'objectif ultime est de vivre mieux, en pleine santé, le plus longtemps possible. La promesse de donner du sens à chaque instant.

www.michelreybierhospitality.com



LA MAISON D'ESTOURNEL

Route de Poumeys « Leysac » · 33180 Saint-Estèphe · +33 (0)5 56 59 30 25 · reservations@lamaison-estournel.com · www.lamaison-estournel.com

CONTACT PRESSE : Aurore Cornic · Directrice de la Communication et Marketing France · La Réserve Hotels, Apartments, Villas and Spas · +33 (0)1 58 36 60 12 · acornic@lareserve.com

www.michelreybier.com