

LA RÉSERVE PARIS - HOTEL, SPA AND APARTMENTS

« Punch, Flow & Balance »

Les Rendez-Vous Sportifs de La Réserve Paris



A lors que la capitale s'apprête à vibrer au rythme des athlètes de plus haut niveau, La Réserve Paris – Hotel, Spa & Apartments ouvrent leurs portes aux parisiens en quête d'une expérience sportive unique. De fin avril à mi-juin, le plus confidentiel des palaces parisiens met le sport à l'honneur et présente une série de séances sportives inédites, combinée à un accès privilégié à la piscine intérieure et au hammam du Spa Nescens. Cet accueil exclusif peut s'agrémenter d'une parenthèse « healthy », le temps d'un petit-déjeuner ou d'un goûter. Des coaches inspirantes et influentes exerçant au sein de clubs très en vogue de la capitale prennent possession des lieux et apportent leur collaboration.

la réserve
HOTEL AND SPA
PARIS

PROGRAMME COMPLET DES ANIMATIONS SPORTIVES
« PUNCH, FLOW & BALANCE »

LAURE DARY X MAISON OF(F) WELLNESS
SÉANCE DE YOGA « SHAPES IN MOTION » (50 MINUTES)
DIMANCHE 28 AVRIL À 10H00 & MERCREDI 22 MAI
À 16H30 DANS UNE SUITE DE LA RÉSERVE PARIS

Fondatrice de la plateforme en ligne Maison Of(f) Wellness, Laure Dary inaugurera ces prestigieux rendez-vous sportifs. Cette danseuse professionnelle, également professeure de yoga, lèvera le voile sur sa discipline « Shapes in Motion ». Une méthode unique créée par Laure et 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.

Les sessions sportives de Laure Dary seront proposées dans l'une des plus belles suites de La Réserve Paris, avec une vue imprenable sur les toits des plus grands monuments parisiens.



AMBRE LITWINSKY X STUDIO BURNING BAR
SÉANCE DE PILATES « POWER FIRE FLOW » (50 MINUTES)
MERCREDI 15 MAI À 9H00 DANS L'UN
DES APPARTEMENTS DE LA RÉSERVE PARIS

Ce second atelier sera impulsé par Ambre Litwinsky, danseuse dans l'un des plus grands cabarets parisiens. Cette passionnée présentera le concept unique « Power Fire Flow » du club Burning Bar, dont la récente ouverture dans le XVI^{ème} arrondissement a déjà positionné l'adresse comme une référence au sein de la capitale. Ambre offrira une expérience énergique et tonifiante, fusion des enseignements de pilates, barre et yoga. Ce mélange harmonieux de mouvements fluides et de renforcement pour équilibrer le corps de la tête aux pieds s'adaptera aux besoins de chacun.

La performance d'Ambre Litwinsky se déroulera au sein de l'un des Appartements de La Réserve Paris, qui jouissent d'un emplacement unique aux premières loges de l'emblématique place du Trocadéro. Le transfert sera assuré entre les Appartements et l'hôtel afin de rejoindre l'atmosphère élégante du Spa Nescens pour prolonger le ravissement.



JUSTINE ROJAT X CLUB PUNCH BOXING
SÉANCE DE PUNCH BOXING (50 MINUTES)
MERCREDI 12 JUIN À 9H00 AU FITNESS DU SPA NESSENS
DE LA RÉSERVE PARIS

Et enfin, Justine Rojat fera découvrir sa passion pour le cardio avec des enchaînements de mouvements qui mobilisent toute la chaîne musculaire. Ses exercices, à mi-chemin entre la boxe et le bootcamp tels que proposés à Punch Boxing, entraîneront une libération totale du corps et de l'esprit. Forte d'une expertise en tant que Head Coach au sein du club parisien, Justine invitera à un travail complet de renforcement musculaire, accessible à tous.

L'entraînement encadré par Justine Rojat se tiendra dans l'espace fitness du Spa Nescens de La Réserve Paris, habituellement réservé aux membres.





Nouveaux rendez-vous sportifs incontournables sur la scène parisienne, les ateliers « Punch, Flow & Balance » sont dès à présent ouverts à la réservation.

OFFRES ET TARIFS :

- 1 cours de 50 minutes, accès piscine & hammam du Spa Nescens
95 euros par personne
- 1 cours de 50 minutes, accès piscine & hammam du Spa Nescens, petit-déjeuner ou goûter healthy
150 € par personne

Nombre de places limitées, 4 à 6 participants par session sportive

Pour toute réservation, contacter spa@lareserve-paris.com

ou rendez-vous sur www.lareserve-paris.com/experiences

À PROPOS DE LA RÉSERVE PARIS

HOTEL, SPA & APARTMENTS

Discrètement situé en contre-allée des Champs-Élysées, cet hôtel particulier et confidentiel offre la quintessence de l'élégance du XIX^e siècle. Partout, des chambres spacieuses et lumineuses. De magnifiques cheminées en marbre et des plafonds au décor traditionnel dégagent un charme unique. 15 chambres et 25 suites. La Réserve Paris abrite également le restaurant Le Gabriel, dirigé par le chef Jérôme Bancet, trois fois étoilé au guide Michelin, ainsi qu'un Spa Nescens superbe et intime, avec une piscine intérieure de 16 mètres et une salle de fitness. Le décor est signé par le designer de renommée mondiale Jacques Garcia.

Et pour être chez-soi à Paris, avec la Tour Eiffel pour voisine, direction les Appartements de La Réserve Paris. Situés Place du Trocadéro, adresse chic par excellence, les 10 appartements offrent des surfaces très généreuses, entre 140 et 300 m², pour un vrai confort de vie au quotidien. Matières nobles, coloris neutres, grands classiques du design signé de noms iconiques de l'édition de mobilier ... pour une autre vision de l'art de vivre parisien.

www.lareserve-paris.com

www.lareserveparisapartments.com

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 RÉSERVE PARIS HOTEL, SPA AND APARTMENTS

+33 (0)1 58 36 60 60 · spa@lareserve-paris.com · www.lareserve-paris.com · 42 avenue Gabriel 75008 Paris

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