

megève

m a g a z i n e

HIVER 2008-2009

SKIER SUR L'AIR,
LE SPEED RIDING

PLEIN AIR!

UN AIR DE FAMILLE

ATTERRIR SUR
LES CIMES



le pranayama nous aide, avec un peu d'entraînement, à inverser le processus.

Ainsi, certains troubles physiques tels que le blocage du diaphragme, les problèmes de ventre et de dos, etc. disparaissent. Cette force vitale endormie dans votre ventre ne demande qu'à se réveiller !

Alors, inspirez...
expirez...

Béryl Ziegler

L'heure bleue

Je n'ai jamais aussi bien dormi qu'à Megève... Lorsque la neige assourdit les sons et soudain reprend ses droits, enveloppant la nature d'un long châle bleu étoilé. Dans cette ambiance douce et feutrée, je retrouve une calme assurance, oublie le jour et ses plaisirs et accorde les battements de mon cœur sur le rythme lent des flocons. Chut... il est l'heure de se glisser sous mon « plumon » opulent et généreux. Aussi léger qu'une... plume, moelleux comme un gâteau, il m'accompagne avec volupté dans cet autre univers où mes rêves me ramènent toujours à Megève.

Cathy Couput

BIEN-ÊTRE

AQUAFLORES SPA BIOMINERALP HÔTEL LE FER À CHEVAL

Méthode AQUAFLORES véritable innovation, mariage entre le spa et la thalassothérapie : confort, évasion, sérieux, suivi des soins. AQUAFLORES, une thérapie

minérale d'eau de montagne. Au cœur de nos soins, la fontaine Biomineralp offre l'eau originelle des Alpes. Floriane, fondatrice de la méthode, vous reçoit pour un « Bilan Bien-être » et compose la cure en fonction de votre nature. Les CROISIERES BLANCHES,

8 heures de soins exclusifs : silhouette, maman heureuse, Zen & Beauté, Santé du dos, Age Control, Sport & confort pour homme... Ouvert 7j/7 de 9 h à 20 h. 36, route du Crêt d'Arbois Tél. +33 (0)4 50 21 30 39 www.feracheval-megève.com

