

# Wellness *Sense of*

Le Magazine de l'Innovation Spa & Wellness à 360°

[www.senseofwellness-mag.com](http://www.senseofwellness-mag.com)

#33 Hiver Winter 2025 | 15€  



ON A TESTÉ

## The Purist Retreat & Spa au MGallery Les Cures Marines de Trouville

### Actu

Les derniers chiffres du Wellness

### Tendances

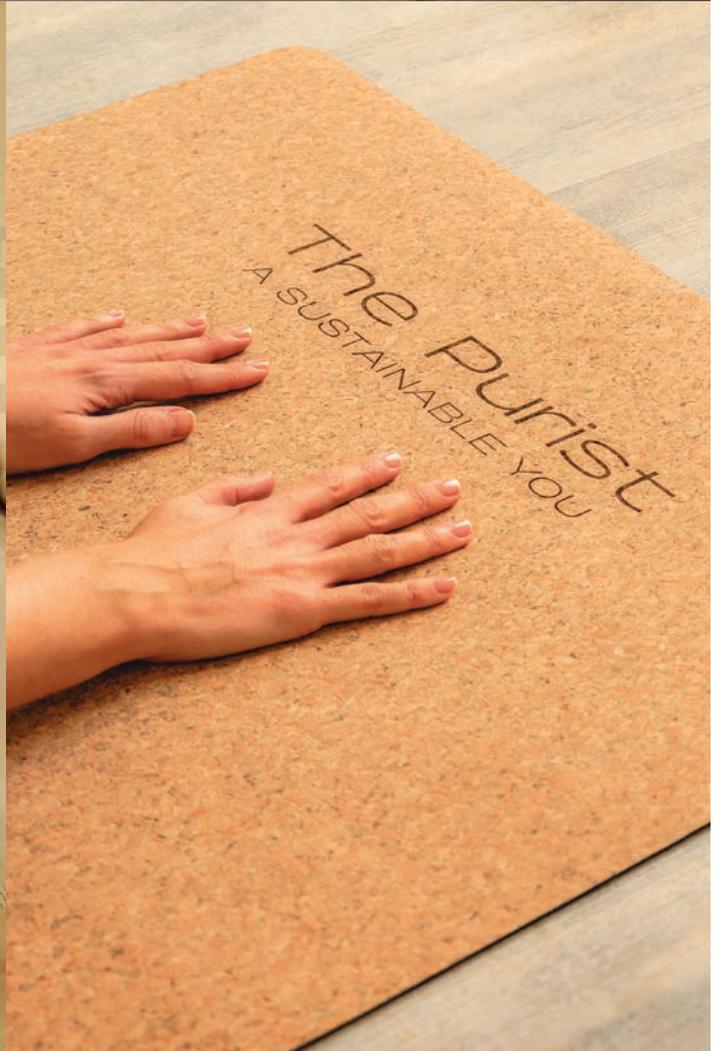
Les nouveautés Thalasso en France

### Cosmétiques

Snow Group accélère sa croissance

### Dossier

L'essor des thérapies holistiques dans le Wellness



Sur la plage iconique de Trouville-Sur-Mer, Les Cures Marines Hotel & Spa Trouville - MGallery Collection domine l'horizon. Depuis décembre 2023, cet hôtel 5\* est l'écrin du tout premier The Purist Retreat & Spa, avec des espaces bien-être complètement repensés pour l'occasion.

## ON A TESTÉ

Le nouveau concept bien-être d'Accor :

# The Purist Retreat & Spa

au MGallery Les Cures Marines de Trouville

Depuis l'épidémie de la Covid, les gens ont adopté une approche holistique de leur santé et se concentrent de plus en plus sur leur bien-être mental, physique et émotionnel. Fort de ce constat, Accor a mené une vaste réflexion, en capitalisant sur son expertise autour de son offre bien-être, avec l'ambition aussi de la moderniser. C'est ainsi qu'est née la nouvelle offre The Purist Retreat & Spa, dont le premier établissement a ouvert ses portes, au sein du MGallery Les Cures Marines de Trouville. Visite guidée pour voir si ce nouveau concept bien-être tient toutes ses promesses.



PAR ISABELLE CHARRIER - PHOTOS : SANDRINE BOYER - ALBIN DURAND - MAXIME MORENO

À la base du concept The Purist : l'enquête menée par Accor auprès de ses clients, afin de mieux cerner leurs besoins actuels en matière de bien-être. Cette étude a révélé cinq thématiques principales. **1. Déconnexion** : un besoin fort de se détacher du quotidien et de ses stress. **2. Regain d'Énergie** : les personnes expriment un besoin prononcé de vitalité, souvent en raison de la fatigue accumulée. **3. Détoxification** : un besoin de détox, particulièrement lors des changements de saison. **4. Reconnexion à Soi** : cela inclut un travail sur l'ancrage émotionnel et mental, pour mieux se comprendre et gérer ses émotions. **5. Longévité et capital santé** : une approche axée sur le bien-être à long terme, incluant des pratiques pour le *better-aging* et la préservation de la santé.

The Purist est né de ce constat, avec 4 piliers complémentaires, dans le but de proposer une approche du bien-être à la fois holistique et sur mesure. **1. Les soins** : avec des programmes en collaboration avec de grands noms de l'univers du bien-être. **2. Le mouvement** : avec des parcours à la carte, de différents degrés d'intensité, à pratiquer en solo ou dans des cours collectifs, en intérieur, comme en extérieur. **3. La nutrition** : avec une cuisine énergétique et équilibrée pour allier vitalité et plaisir, avec des menus qui conviennent à chacun. **4. Le sommeil** : avec des chambres confortables, des installations de haute technologie et des rituels pour retrouver le plaisir de dormir. « *The Purist incarne cette nouvelle vision : un réalignement avec soi-même, alliant les soins traditionnels et l'innovation, pour proposer une expérience de bien-être complète et durable* », souligne Camille Lopeo Vice-Présidente Marketing Global, The Purist.



### We tested Accor's New Wellness Concept The Purist Retreat & Spa at MGallery Les Cures Marines de Trouville

Since the Covid pandemic, people have embraced a holistic approach to their health, focusing more and more on their mental, physical, and emotional wellbeing. With this in mind, Accor conducted an extensive reflection, leading to the creation of its new offer The Purist Retreat & Spa that launched at MGallery Les Cures Marines Trouville.

At the heart of The Purist concept is a survey conducted by Accor among its clients to better understand their current Wellness needs. This study revealed five key themes: disconnection, energy renewal, detox, reconnection with oneself, and longevity. The Purist was born from these insights, and the concept is structured around four complementary pillars to offer a holistic and personalised approach to wellbeing: **1. Treatments, 2. Movement, 3. Nutrition and 4. Sleep.** "The Purist embodies this new vision: a realignment with oneself, thanks to the combination of traditional treatments and innovation delivering a holistic and long-lasting wellness experience", explains Camille Lopeo, Vice President of Global Marketing, The Purist.

« Plus que jamais, nos clients aspirent à une offre bien-être qui réponde à leurs besoins profonds, à un moment précis : c'est précisément l'ambition de The Purist. »

**CAMILLE LOPEO**  
Vice-Présidente  
Marketing Global The Purist

## Les Cures Marines de Trouville, un bijou 5\* de la collection MGallery, est la vitrine mondiale de The Purist Retreat & Spa.

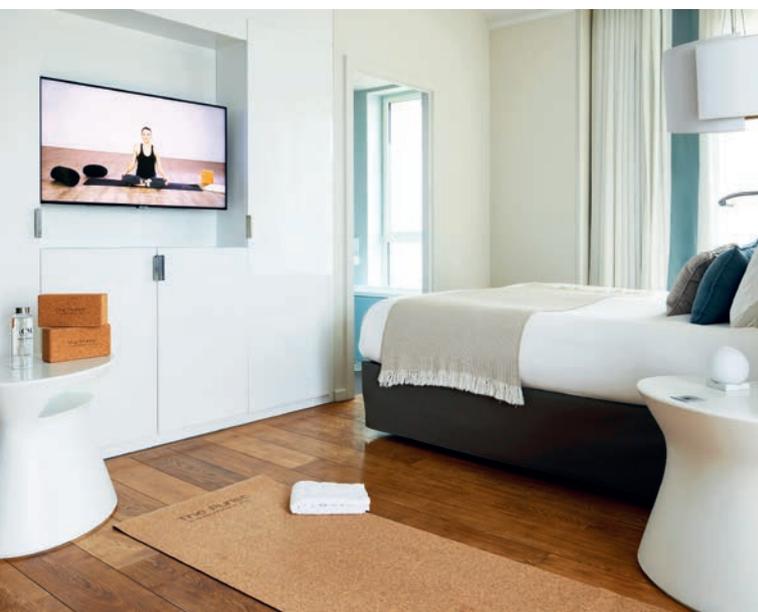
« *Agréable par tous les temps* », c'est ainsi que les amoureux de Trouville-sur-Mer décrivent la ville. À juste titre, cette charmante station balnéaire normande, dans laquelle le premier The Purist Retreat & Spa s'est installé, est un lieu de villégiature balnéaire prisé depuis des décennies. Situé dans le bâtiment du mythique casino de Trouville érigé en 1912, les Cures Marines renaissent en 2015 sous la houlette de l'architecte designer Jean-Philippe Nuel, qui a su préserver le patrimoine du bâtiment tout en y amenant des touches contemporaines. Fermé en février 2022 à la suite d'un incendie ravageur, ce palais sur la mer a rouvert ses portes à l'automne 2023, complètement repensé dans sa dimension bien-être, afin d'intégrer The Purist à tous les niveaux de l'établissement. Plus qu'une refonte, « *c'est une véritable métamorphose* », comme aime à le dire Corinne Dupont, la remarquable directrice générale des lieux. On y retrouve l'atmosphère singulière et si attachante de la majestueuse bâtisse, où règne toujours cet agréable sentiment de « chez soi », sublimée par cet esprit bien-être holistique diffusé dans tous les services, à commencer par les 103 chambres, dont 6 suites, toutes différentes.

Dans le cadre du concept The Purist, des rituels et des outils ont été mis en place pour retrouver le plaisir de dormir et de bien se réveiller, selon le rythme circadien : l'uminothérapie, choix d'oreillers et un kit sommeil sont mis à disposition. Sur demande, vous pouvez bénéficier d'une couverture lestée ainsi que de tapis de yoga, de zafus et d'autres accessoires de sport pour pratiquer les exercices en chambre grâce à une sélection de vidéos de yoga, Pilates, méditation, Hiit, barre et danse, proposée par Elodie Garamond, fondatrice de Le Tigre Yoga. Enfin, chaque soir, lors du service de la couverture, un produit Cinq Mondes en mini format est offert afin de prendre soin de vous avant le coucher.



« Ce que nous aimons aux Cures Marines, c'est laisser une empreinte indélébile dans le cœur de nos hôtes. »

**CORINNE DUPONT**  
Directrice Générale



Located in the building of the legendary Trouville casino that was built in 1912, Les Cures Marines was reborn in 2015 under the guidance of architect and designer Jean-Philippe Nuel who skillfully preserved the heritage of the building while adding contemporary touches. Closed in February 2022 after a devastating fire, this seaside palace reopened in the fall of 2023, completely redesigned with a focus on Wellness, in order to incorporate The Purist at every level of the establishment, beginning with its 103 rooms, including 6 unique suites, each one different from the next. As part of The Purist concept, rituals and tools have been introduced, helping guests rediscover the pleasure of sleeping and waking up refreshed, aligned with their circadian rhythm.

I'm  
green™  
BIO-BASED

I AM MADE OF  
SUGAR CANE

## LA COLLECTION BIO-SOURCÉE

Une innovation écologique présentée par

*Merveyl.*  
1993

Depuis sa création en 1993, Merveyl se distingue par son expertise dans la personnalisation et la conception de produits et équipements complémentaires pour les hôtels de luxe et les Spas.

**Découvrez notre collection éco-responsable de tongs et sandales I'm green™, fabriquées à base de canne à sucre zéro émission de carbone.**

Une innovation écologique conçue pour les Spas haut de gamme en quête de durabilité.



**À USAGE UNIQUE  
OU RÉUTILISABLE**



**ANTIDÉRAPANT  
LÉGER & CONFORTABLE**



**PERSONNALISATION  
& SUR-MESURE**

### ILS NOUS FONT DÉJÀ CONFIANCE

Le Grand-Hôtel du Cap-Ferrat - Les Sources de Caudalie - Hôtel Thalassa Le Touquet  
Hôtel & Spa Ile Rousse Thalazur Bandol - N le Spa Hôtel Le Negresco - Hôtel Sezz Saint-Tropez

WWW.MERVEYL.COM



@merveyl1993

## La cuisine holistique du Chef Olivier Deboise incarne avec brio le pilier nutrition de l'expérience The Purist.



Réputé pour sa cuisine sincère, spontanée et holistique, le Chef Olivier Deboise invite chacun à découvrir une façon de se nourrir qui devient un véritable réflexe bien-être, alliant nutrition, vitalité et respect du corps, tout en célébrant le plaisir gustatif.



« J'ai personnalisé le concept de la cuisine énergétique selon mes inspirations culinaires, tout en mettant l'accent sur le plaisir, la santé et l'écoresponsabilité. »

**OLIVIER DEBOISE**  
Chef Exécutif aux  
Cures Marines de Trouville

Pour concevoir son offre de restauration selon les principes de la cuisine énergétique, The Purist Resort & Spa a fait appel à Émilie Félix, Cheffe spécialisée dans ce domaine et chercheuse culinaire. Sa connaissance approfondie permet ainsi de rééquilibrer, via des aliments et leurs types de cuisson, nos modes de vie pour retrouver ou protéger notre vitalité. L'un des principes fondamentaux de la cuisine énergétique repose sur l'utilisation d'aliments frais, locaux et de saison, dont l'énergie est plus puissante et bénéfique pour le corps. L'équilibre des saveurs (sucré, salé, acide, amer et umami) est essentiel pour harmoniser les énergies et faciliter la digestion. Les techniques de cuisson jouent également un rôle clé : des méthodes douces, comme la vapeur ou le mijotage, sont privilégiées en fonction des saisons afin de préserver l'intégrité énergétique des ingrédients. Bien entendu, l'intervention d'Émilie Félix s'est faite dans le respect de la signature culinaire du Chef Olivier Deboise, qui partage également cette philosophie culinaire, dont il prône les grands principes depuis de nombreuses années.

Pour ses créations, le Chef Olivier Deboise met un point d'honneur à utiliser des ingrédients de proximité et à respecter la saisonnalité. Il joue également sur les textures dans ses plats, cherchant à offrir une expérience gustative variée qui stimule le plaisir de manger, le tout dans une approche créative. L'utilisation des légumes selon les saisons est un aspect fondamental de la cuisine énergétique, où ils sont cuits al dente, ce qui permet de préserver leur croquant et leurs apports nutritionnels. « Cela favorise également une expérience gustative plus riche, car les légumes croquants sont considérés comme de meilleurs conducteurs de saveurs et influencent également la satiété », souligne le Chef. Parmi ses créations illustrant bien ce concept : « L'Artichaut », dont l'inspiration est née d'une visite chez des producteurs locaux où le chef

a découvert la spiruline, une superfood riche en vitamines et protéines. Ce plat met en valeur les ingrédients locaux : l'artichaut et la spiruline, sublimés par un jeu de textures en jouant sur des éléments tels que le yaourt grec, le wasabi et le yuzu kosho, le tout dans une approche minimaliste. Ce plat reflète sa philosophie de simplicité et de respect des ingrédients, tout en offrant une expérience gustative riche.

Les desserts ne sont pas en reste, grâce aux créations du très talentueux Chef pâtissier Adrien Petitgenêt qui se distingue par sa volonté de simplifier ses créations pâtissières, tout en explorant de nouvelles textures et saveurs. Il cherche ainsi à réduire le sucre et le beurre dans ses recettes, tout en maintenant une qualité gustative élevée, en intégrant des éléments végétaux dans ses créations. Son dessert « Chocolat-Estragon » est une création qui incarne bien l'approche innovante et végétale du Chef, en combinant le goût riche du chocolat avec la fraîcheur herbacée de l'estragon, le tout dans une composition à la fois élégante et ludique. Ce tour d'horizon culinaire ne serait pas complet sans une mention spéciale à la Chef Barman, Apolline Lussier, une exploratrice des saveurs, elle aussi, qu'elle mixe avec brio dans des mocktails inventifs, y compris sur les noms, à l'image de son étonnant « Orgeat et Préjugés », le tout sublimé dans une présentation raffinée.

Alliant deux piliers fondamentaux de son concept, la nutrition et les soins, The Purist Retreat & Spa propose des expériences d'une demi-journée ou plus pour découvrir la cuisine énergétique, incluant toutes un accès aux équipements bien-être et, pour certaines, une prestation de soin : *Petit-déjeuner & Spa* : 79 €/personne ; *Déjeuner & Spa* : 99 €/personne ; *Déjeuner & Lâcher-prise, avec une séance en bassin de flottaison 25 min* : 159 €/personne et *Déjeuner & Massage Zen ciblé 25 min*, 179 €/personne.

## (Design Lab) Le nouveau concept bien-être d'Accor : The Purist Retreat & Spa

To develop its F&B offering in line with the principles of energy-based cuisine, The Purist Retreat & Spa collaborated with Emilie Félix, a chef specialising in this field and a culinary researcher. One of the fundamental principles of energy-based cuisine is the use of fresh, local, and seasonal ingredients, powerhouses of nutrients our body needs to stay energetic. Balancing flavours - sweet, salty, sour, bitter, and umami - is essential for harmonising energies and facilitating digestion. Naturally, Emilie Félix's contributions were made in alignment with the culinary signature of Chef Olivier Deboise, who shares this philosophy and has been advocating its principles for many years.

In his creations, Chef Olivier Deboise gives pride of place to locally sourced ingredients and seasonality. Embracing a creative approach, he also plays with textures in his dishes, offering a diverse culinary experience that enhances the pleasure of eating.

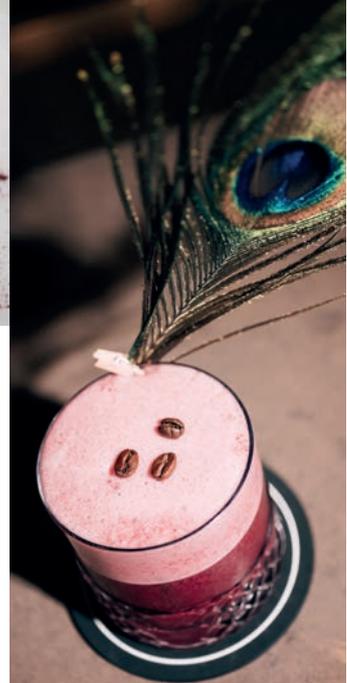
Desserts are equally impressive, thanks to the talents of Pastry Chef Adrien Petitgenêt. Renowned for his commitment to simplifying pastry creations, he explores new textures and flavours while incorporating plant-based elements into his creations.

This culinary overview wouldn't be complete without a special mention of Head Bartender Apolline Lussier, a true flavour explorer who masterfully crafts inventive mocktails that are further elevated by their elegant presentation. Combining two fundamental pillars of its concept - nutrition and treatments - The Purist Retreat & Spa offers half-day or longer packages to explore energy-based cuisine, all packages include access to the Wellness facilities, and some also include a treatment.



Pour ses desserts, le Chef pâtissier Adrien Petitgenêt aime jouer sur l'harmonie des textures pour enrichir le plaisir de dégustation.

Préambule incontournable, les mocktails signature de la Chef Barman Apolline Lussier, comme l'étonnant « Orgeat et Préjugés ».



Au cœur des Cures Marines, face à la plus belle plage de sable fin de la Côte Fleurie, le restaurant La Galerie vous accueille dans sa somptueuse salle de bal contemporaine pour vous faire découvrir une cuisine centrée sur la naturalité et le bien-être.

## Les espaces bien-être des Cures Marines de Trouville ont été complètement repensés pour accueillir le concept The Purist Retreat & Spa.



« The Purist Retreat & Spa promet à nos hôtes de ressentir le bien-être, où qu'ils se trouvent dans l'établissement. »

**ANTOINE LECOQ**

Directeur Wellness & Spa  
The Purist Retreat & Spa  
Cures Marines de Trouville

Les espaces de bien-être des Cures Marines de Trouville ont été entièrement repensés afin de servir d'écrin au tout premier The Purist Retreat & Spa. Un choix comme une évidence pour Camille Lopeo, Vice-Présidente Marketing Global, The Purist : « *Les Cures Marines de Trouville bénéficie d'un cadre unique dans une destination balnéaire par essence propice au bien-être. Son espace bien-être a été intégralement rénové, pour rouvrir ses portes à l'automne 2023, avec des équipements WellTech d'exception qui reflètent l'esprit de The Purist. Ce lieu, porté par des équipes passionnées, s'est imposé naturellement comme le choix idéal pour incarner cette nouvelle vision du bien-être.* »

Une renaissance signée par un duo formé pour l'occasion : Elsa Joseph et Yann Le Coadic, tous deux spécialisés dans les projets haut de gamme exigeants. Le cabinet d'architecture Elsa Joseph a révisité, restructuré et reconstruit intégralement les 2 500 m<sup>2</sup> de l'institut originel des Cures Marines. Elle a ainsi doté les 3 niveaux qui composent ce lieu réinventé de nouvelles fonctionnalités. Au rez-de-chaussée, avec une entrée directe sur l'extérieur, l'accueil marque le début de l'expérience bien-être. On y trouve également les espaces « Diagnostics », élément central de l'offre proposée par The Purist, ainsi que les espaces sportifs, la dernière cryothérapie by Cryojet, 9 cabines de soins, les vestiaires et la boutique qui propose les marques Cinq Mondes, Voya, Cellcosmet, Le Rouge Français et Evoleum. À l'étage -1, le Jardin d'Hiver dévoile La Serre où se trouvent les espaces de repos ainsi qu'un espace de méditation, où est proposé une initiation méditative, sous forme d'une guidance audio de 18 min, réalisée par l'énergéticien réputé Olivier Brancard. À ce même étage, les 10 cabines de soins, dont deux doubles, sont dédiées aux soins de la marque phare des lieux : Cinq Mondes. Enfin, la métamorphose la plus spectaculaire est sans aucun doute l'étage -2, Les Thermes, dédié aux bienfaits de l'eau de mer avec ses 15 cabines d'hydrothérapie et ses infrastructures Wellness. Mention spéciale à la création d'une piscine d'eau de mer chauffée à 32°C, en lieu et place des deux bassins originaux, avec parcours de jets, cols de cygne, jacuzzi central et un couloir de nage. Particulièrement bien optimisé, que ce soit pour se détendre ou pour participer aux cours, il bénéficie désormais de l'ajout d'un skydome, où la lumière artificielle évolue selon l'heure de la journée. Parmi les autres équipements proposés : un joli parcours de douches sensorielles, mais aussi un hammam, un sauna et une douche nordique. Mon coup de cœur va au bassin de flottaison, qui, chose rare, permet de vivre ce soin en duo.

Une métamorphose spectaculaire qui s'incarne également dans le design des lieux orchestré par Yann Le Coadic. L'architecte d'intérieur a su mettre en valeur le caractère historique du bâtiment : la belle hauteur sous plafond, les grands couloirs ou encore les lustres, tout en proposant une interprétation moderne. Il a également participé à la sélection du mobilier et à l'aménagement des espaces, en veillant à ce que chaque élément s'intègre naturellement dans l'ensemble du projet. Quant aux cabines de soins, elles sont décorées avec des matériaux nobles et bruts, comme le bois et le laiton, créant ainsi une ambiance chic et apaisante. Les meubles ont été réalisés sur mesure pour s'intégrer harmonieusement dans l'espace. Chaque cabine est équipée d'un système de son immersif, grâce à l'intégration d'enceintes dans les tables de massage, ce qui améliore le ressenti sonore pendant les soins et favorise ainsi une expérience sensorielle enrichie. Le résultat, une ambiance cohérente et agréable dans les différents espaces, entre Belle Époque et esprit contemporain, tout en tenant compte des besoins et envies de la clientèle bien-être d'aujourd'hui.



**P86 DE GAUCHE À DROITE**

Des éléments de design inspirés des années 1900, comme des banquettes arrondies, ont été intégrés pour rappeler l'histoire du bâtiment tout en modernisant l'espace.

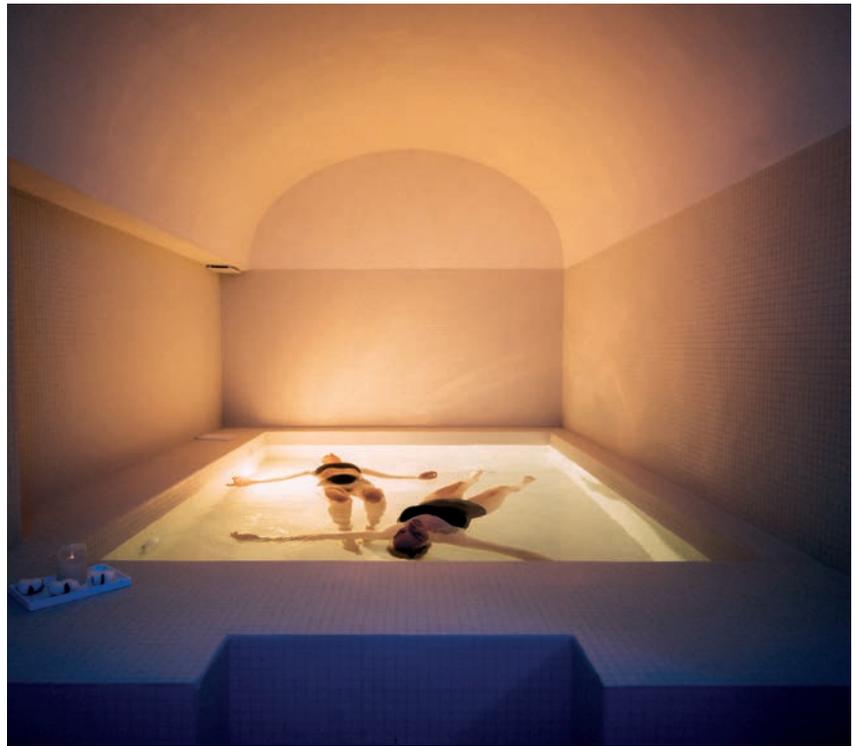
Au rez-de chaussée, avec une entrée directe sur l'extérieur, l'accueil marque le début de l'expérience bien-être.

**CI-CONTRE**

Le sublime bassin de flottaison où, chose rare, l'on peut vivre l'expérience en duo.

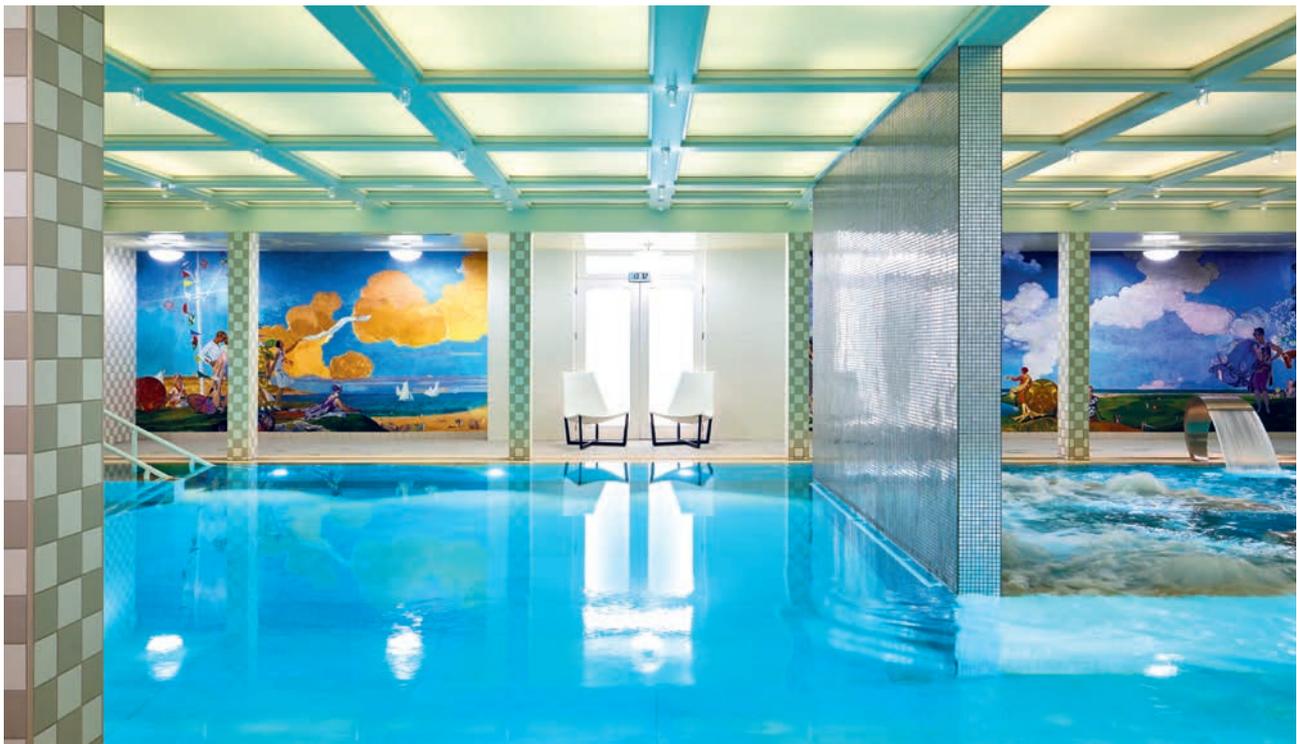
**CI-DESSOUS**

Mention spéciale à la création d'une piscine d'eau de mer, en lieu et place des deux bassins originaux, avec ses aires de balnéo, son jacuzzi central et son couloir de nage.



The Wellness facilities at Les Cures Marines Trouville have been completely reimagined to serve as the setting for the very first The Purist Retreat & Spa. This transformation was the work of a duo brought together for the occasion: Elsa Joseph and Yann Le Coadic, both specialists in high-end projects. The architecture firm Elsa Joseph redesigned, restructured, and entirely rebuilt the 2,500m<sup>2</sup> space that used to be Les Cures Marines institute. A standout feature is the creation of a heated seawater pool, heated to 32°C and replacing the two original pools. It includes jet pathways, swan neck fountains, a central jacuzzi, and a swim lane. Other amenities include a beautiful sensory shower circuit, a hammam, a sauna, and a Nordic shower. My personal favourite is the spacious flotation pool which is also perfect for duo sessions.

This spectacular transformation is also reflected in the design, orchestrated by Yann Le Coadic. The interior designer skilfully highlights the historic character of the building while offering a modern interpretation. The result is a harmonious and inviting atmosphere across the various spaces, blending Belle Époque charm with contemporary spirit, all tailored to the needs and desires of today's Wellness-focused clientele.





Les algues utilisées dans le bain proviennent des côtes ouest de l'Irlande, où elles sont récoltées à la main. Une fois le bain terminé, elles sont stockées avant d'être remises à des exploitations en permaculture.



« Des diagnostics sont proposés en début de séjour, pour mieux cibler les besoins de chacun et adapter le programme de soins en conséquence. »

**SIDONIE FACQUEZ**

Spa praticienne  
Experte des Diagnostics  
The Purist Retreat & Spa  
Cures Marines de Trouville

## La personnalisation est au cœur de The Purist avec la volonté d'associer des techniques ancestrales et technologies de pointe.

The Purist Retreat & Spa, c'est aussi un wording spécifique : « *Les Cycles sont des programmes complets de 3 à 6 jours, conçus pour répondre à des besoins précis et universels. Aux Cures Marines de Trouville par exemple, nous proposons des programmes de Reminéralisation, Détox profonde, Équilibre émotionnel, Détente et Longévité. Ces cycles incluent des diagnostics personnalisés, des sessions d'activité physique et de pleine conscience, et peuvent être associés en pension complète ou demi-pension, alliant les bienfaits de la cuisine énergétique à ceux d'un sommeil réparateur* », explique Camille Lopeo. « *Quant aux Séquences, ce sont des journées bien-être sur mesure, conçues pour offrir une pause régénérante dans un format concentré. Grâce à une sélection ciblée de soins et d'activités, elles permettent de se revitaliser en profondeur, même sur une courte durée* », poursuit-elle.

La personnalisation étant au cœur des Cycles, un questionnaire vous est adressé par email afin de personnaliser l'expérience client. Cet outil clé, réalisé par Oliver Patrick, un très éminent expert bien-être et santé anglais, sert de point d'entrée pour établir un dialogue avec les clients, facilitant une meilleure compréhension de leurs besoins spécifiques. Cela permet de renforcer l'approche sur mesure des soins proposés, en adaptant les programmes en fonction des réponses fournies. Le questionnaire est également lié à des diagnostics personnalisés qui peuvent être réalisés au début, au milieu, et à la fin des séjours. Intégrés dans certains Cycles, ils sont aussi disponibles à la carte. Pour en citer quelques-uns : l'Observ 520 pour une analyse de la peau, en imagerie numérique, Mesure by Beflow qui permet d'établir,

à l'instant T, votre état de forme physique, mentale et émotionnelle, ou encore l'Oligoscan qui permet d'évaluer les besoins en minéraux et oligoéléments. Plus exclusif : la Méthylation ADN Maison Epigenetic qui analyse le processus métabolique à partir d'une goutte de sang pour étudier l'expression de certains gènes de l'ADN. Maison Epigenetic, pionnier en science épigénétique, présente en exclusivité un Cycle Renaissance de 6 jours avec des diagnostics avancés et un programme pour bien vieillir.

Parmi les Cycles plébiscités : le Cycle Monde permet d'explorer une destination par jour pour déconnecter, avec la complicité de Cinq Mondes. La marque connue pour son approche holistique, associe les techniques de soins visage et corps ancestraux découverts dans les différentes régions du monde, aux pharmacopées de chaque destination pour proposer des rituels à la fois énergétiques et sensoriels. En seconde place, on trouve le Cycle Marin avec Voya. Inédit en France, cette marque irlandaise certifiée bio propose une expérience marine brute et authentique, via l'utilisation d'algues séchées qui sont réhydratées juste avant le traitement. « *Après quelques mois, les protocoles marins continuent de rencontrer un grand succès, réinventés avec l'approche d'ultra minéralisation des algues bio brutes de la marque Voya. Ce renouveau attire autant notre clientèle fidèle que de nouveaux clients. On observe par ailleurs une évolution dans les attentes, avec une demande grandissante pour les cycles axés sur la longévité et l'équilibre émotionnel. Pour les séquences, la séquence Relaxation est très prisée, et notre nouvelle offre dédiée à la récupération remporte un franc succès, tant auprès des sportifs que des non-sportifs* », commente Camille Lopeo.

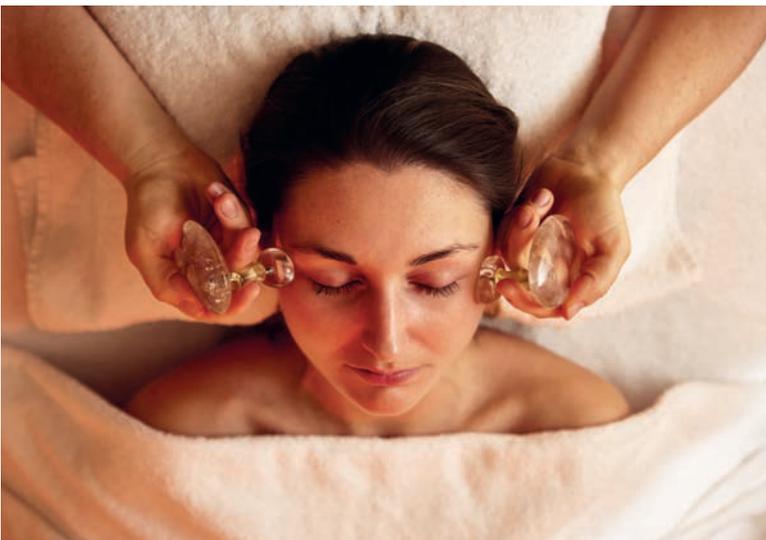


Le rituel d'enveloppement d'algues et le soin visage par Voya utilisent de vraies bandes d'algues qui sont réhydratées juste avant le soin. « Les clientes ont été impressionnées par le niveau d'hydratation que ce traitement procure, soulignant son efficacité et son caractère unique », souligne Antoine Lecoq



The Purist Retreat & Spa also has its own, specific terminology: "Cycles are comprehensive programmes lasting 3 to 6 days, designed to meet precise and universal needs. Sequences, on the other hand, are customised Wellness day experiences, offering a concentrated format for a regenerative break".

Personalisation lies at the heart of the Cycles. A questionnaire is sent to guests via email to tailor their experience. This key tool serves as a starting point for the dialogue with a client, enabling a better understanding of their specific needs. It strengthens the customised approach to treatments, and programmes can be adjusted based on the client's responses. The questionnaire is also tied to the personalised diagnostics, which can be conducted at the beginning, middle, and end of the stay. Among the most popular Cycle is the World Cycle with Cinq Mondes that helps guests disconnect by taking them on a journey of treatment destinations, one exploration one day at a time; and the Marine Cycle with Voya. New to France, this Irish, organic-certified brand offers strips of raw, dried algae that are rehydrated just before the treatments, offering a unique marine treatment experience.

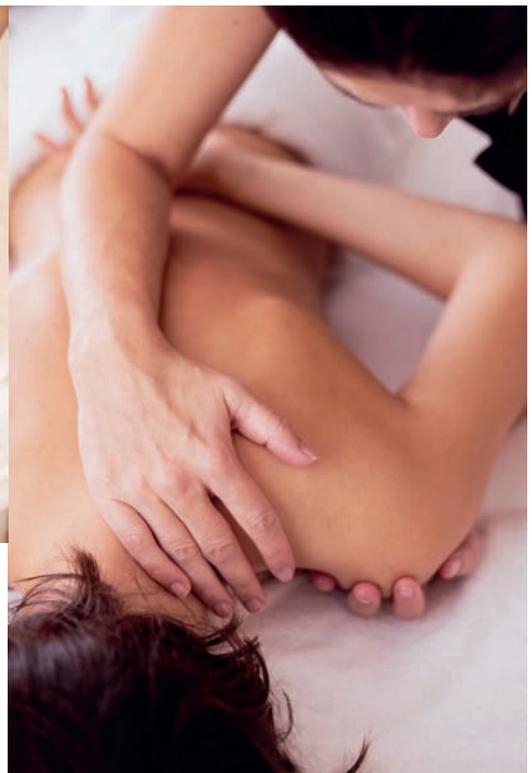


#### CI-DESSUS

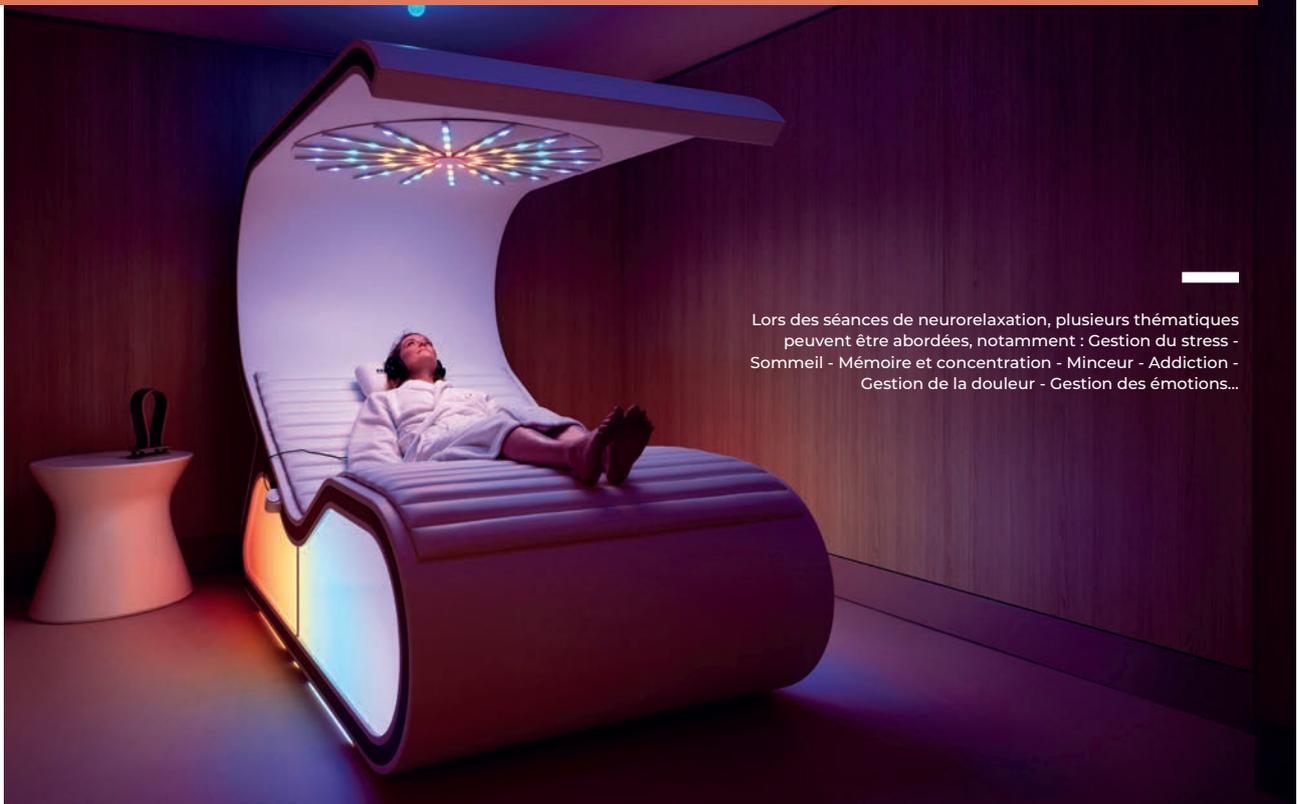
Soin phare du Cycle Équilibre, le massage lithothérapie au cristal de roche est une véritable expérience d'harmonisation holistique de 80 min. Imaginé avec l'experte des pierres, Elisabeth Contal, ce soin amplifie l'énergie vitale grâce à la combinaison des ondes cristallines et d'un modelage relaxant aux galets de cristal.

#### CI-CONTRE

L'été dernier, Les Cures Marines de Trouville ont lancé la séquence « Recovery », une collection de soins entièrement dédiée à la récupération physique, énergétique et mentale. L'occasion de découvrir en avant-première le soin massage de Sparte by Cinq Mondes mettant en avant les pharmacopées grecques et les manœuvres ancestrales décontracturantes.



The Purist Retreat & Spa est né de la conviction que l'exploration personnelle est la clé de la connaissance de soi.



Lors des séances de neurorelaxation, plusieurs thématiques peuvent être abordées, notamment : Gestion du stress - Sommeil - Mémoire et concentration - Minceur - Addiction - Gestion de la douleur - Gestion des émotions...

Les équipements de haute-technologie occupent également une place très importante dans les programmes proposés aux Cures Marines de Trouville. Outre le lyashi Dôme pour répondre à un besoin de détox basé sur l'infrathérapie, on trouve également Stendo, un dispositif de pulsothérapie cardio-synchronisé, qui stimule l'énergie et réactive la circulation lymphatique et sanguine ; ou encore le Rebalance Impulse, un soin de neurorelaxation chromo-synchronisée que j'ai pu tester. Cet équipement utilise une technologie qui se concentre sur les ondes cérébrales et le système nerveux, offrant ainsi une approche holistique et personnalisée, pour aider les participants à se relaxer et à se reconnecter à eux-mêmes. En combinant la synchro-chromothérapie avec une relaxation guidée, Rebalance Impulse a un impact sur divers paramètres physiologiques du corps, tels que le système nerveux parasympathique, les ondes cérébrales et la variabilité de la fréquence cardiaque. Avant la séance, une thématique pertinente est choisie en fonction des objectifs de la personne. Pendant la séance, des capteurs sont utilisés pour mesurer les réponses physiologiques, permettant ainsi d'analyser l'impact de la stimulation sur les ondes cérébrales et d'autres données. Après la séance, un diagnostic est établi et commenté, fournissant des informations sur les aspects à travailler lors des prochaines séances.

Le concept de The Purist peut sembler complexe, mais il se résume en réalité à une question fondamentale : « *De quoi avez-vous besoin ?* » et « *Quel est votre objectif ?* » dans le contexte actuel de votre vie. Il s'articule ainsi autour de la personnalisation et de l'écoute des besoins des clients, avec le souhait de rendre chaque expérience unique et adaptée.

Alors The Purist Retreat & Spa tient-il sa promesse ? Au regard de mon expérience aux Cures Marines de Trouville, la réponse est oui. Et au-delà du concept, n'oublions pas la dimension humaine avec un personnel, tous services confondus, engagé et impliqué, pour diffuser cette approche holistique du bien-être et que je remercie pour sa bienveillance et pour son écoute tout au long de mon séjour.

Prochaines étapes de développement pour The Purist Retreat & Spa ? « *Nous avons pris le temps de perfectionner notre premier établissement tout en menant en parallèle d'autres projets de développement. Bien que les futures ouvertures restent confidentielles, nous pouvons déjà révéler que l'Europe et l'Asie seront au cœur de cette expansion* », nous confie Camille Lopeo. À suivre donc ...

High-tech equipment also plays a significant role in the programmes on offer at Les Cures Marines Trouville. In addition to the lyashi Dôme, there is also the Stendo and the Rebalance Impulse which is a chromo-synchronised, neuro-relaxation treatment that I had the chance to try. This equipment uses technology that focuses on brain waves and the nervous system, providing a holistic and personalised approach to help participants relax and reconnect with themselves.

The Purist concept may seem complex, but it ultimately boils down to a fundamental question: "What do you need?" and "What is your goal?" in the context of your current life. So, does The Purist Retreat & Spa deliver on its promise? Based on my experience at Les Cures Marines Trouville, the answer is yes. And bringing the concept to life is a committed and dedicated staff, working across all departments to embody and promote this holistic approach to Wellness.

# Hydrafacial®

NOUVEAU! Booster **Hydralock HA**

Votre **PLUS BELLE** Peau  
**3x** plus hydratée

Offrez à vos clients un coup d'éclat longue durée  
avec le **nouveau booster Hydralock HA par Hydrafacial®**.

Cette formule exclusive est **cliniquement prouvée** pour tripler\* le niveau d'hydratation de la peau, **intensifier le coup d'éclat dès les premières 24 heures\***, et repulper et raffermir la peau tout en améliorant l'apparence des rides et ridules de 63 %\*.

[hydrfacial.fr/professionals/](https://hydrfacial.fr/professionals/)



\*Basé sur les mesures par Corneomètre de 39 participants avant et 24 heures après le soin dans une étude clinique. Les résultats individuels peuvent varier.





# Antoine Lecoq

/// DIRECTEUR WELLNESS & SPA CURES MARINES DE TROUVILLE HÔTEL 5\* THALASSO & SPA

« L'essor de l'approche holistique constitue l'une des évolutions majeures du secteur du Wellness d'aujourd'hui et de demain. »

 PAR LAURA MARGIS

Pour ce numéro, c'est Antoine Lecoq, directeur Wellness & Spa des Cures Marines de Trouville, Hôtel 5\* Thalasso & Spa, qui s'est prêté au jeu de l'interview. Arrivé en 2015 en tant que responsable fitness et Wellness, il occupe depuis cinq ans le poste de directeur Wellness & Spa. Antoine nous partage sa vision du secteur, de son métier, ainsi que les initiatives mises en place au sein de cet établissement, axées sur l'hyperpersonnalisation et une approche globale et holistique.

## Quelles ont été les trois étapes clés de votre carrière ?

**Antoine Lecoq :** La première étape clé concerne la société de coaching à domicile que j'ai fondée il y a 20 ans. Cette expérience m'a permis d'affiner ma compréhension des besoins de mes clients. Mes séances de coaching étaient alors très orientées vers l'approche holistique, ce qui a été une source d'inspiration et de compréhension profonde de l'humain dans sa globalité, de sa relation corps-esprit, ces deux éléments étant intimement liés.

La deuxième étape clé de mon parcours concerne l'aspect formation. En effet, j'ai suivi plusieurs formations axées sur le bien-être : respirologie, thérapie de relaxation aquatique, neurosciences, yoga ou encore Pilates. Ces enseignements ont enrichi ma culture générale « bien-être ». La troisième étape clé de ma carrière a été ma rencontre avec le monde de l'hôtellerie il y a 25 ans à l'Hôtel Royal 5\* à Évian-les-Bains. Ce fut une véritable découverte de cet univers si singulier. Enfin, il y a 10 ans, ma rencontre avec les Cures Marines de Trouville Hôtel 5\* Thalasso & Spa a marqué un nouveau chapitre avec la découverte de ce splendide établissement, pour lequel je suis aujourd'hui directeur Wellness & Spa.

## Quelles sont, selon vous, les évolutions marquantes du secteur du Wellness et comment y répondez-vous ?

**Antoine Lecoq :** L'essor de l'approche holistique constitue l'une des évolutions majeures du secteur du Wellness d'aujourd'hui et de demain. Nous avons constaté un besoin croissant d'équilibre global, prenant en compte non seulement le physique et le mental, mais aussi l'aspect énergétique. Ensuite, on observe un besoin accru d'hyperpersonnalisation de la part de nos clients. Si la personnalisation était déjà un sujet central, elle a pris une

nouvelle dimension depuis la pandémie de Covid-19. Avec notre concept The Purist, nous allons encore plus loin. Ce concept repose sur les quatre piliers universels du bien-être : sommeil, nutrition, mouvement et soins. Enfin, la dernière évolution que j'ai identifiée est la montée en puissance de la digitalisation dans l'expérience client, notamment après leur séjour. De nombreux clients apprécient de rester en lien avec notre établissement une fois leur séjour terminé, et la digitalisation facilite cet aspect. À l'avenir, l'Intelligence Artificielle, qui est en pleine émergence, pourra indéniablement nous aider, notamment pour personnaliser encore davantage l'expérience. Cela soulève cependant un défi éthique intéressant. Affaire à suivre !

## Quelles actions avez-vous récemment mis en place dans votre établissement et pourquoi ?

**Antoine Lecoq :** J'ai identifié deux actions majeures. La première est le renforcement de la transversalité des intentions, ce qui signifie que nous mettons constamment en place des actions pour que nos collaborateurs bénéficient d'une expérience professionnelle connectée au bien-être. Cela inclut la mise en place d'une restauration plus cohérente et responsable, des cours de sport chaque semaine, ainsi que la découverte de nos marques partenaires dans les vestiaires. L'objectif est de renforcer l'engagement ce qui, par conséquent, enrichit la culture générale des collaborateurs.

La seconde action est l'écoresponsabilité à 360 degrés. Dans ce cadre, l'établissement a récemment obtenu le label Clef Verte, ce qui était très important pour nous afin de prouver nos engagements en matière d'écoresponsabilité.

DE HAUT EN BAS ET DE GAUCHE À DROITE : Une partie de l'équipe de The Purist Retreat & Spa des Cures Marines de Trouville : Noufissa, Shirley, Manuela, Marie, Laure, Marie, Margaux, Aurélie, Elodie, Alice, Hadrien, Louise, Sidonie, Amélie et Lucie.



Quelles sont, selon vous, les principales qualités pour être un Spa Manager inspirant ?

**Antoine Lecoq :** Tout d'abord, je pense qu'il est important d'avoir une vision claire pour orienter son équipe, mais aussi une certaine intuition pour anticiper les tendances, et ainsi proposer des expériences inédites, mais surtout cohérentes. De plus, il me semble essentiel d'instaurer un leadership bienveillant, afin de dégager, au-delà de l'exemplarité, de l'empathie. Par ailleurs, l'expertise professionnelle est bien sûr incontournable dès lors qu'on gère un établissement de bien-être d'une telle envergure. Les missions sont très vastes, donc, sur le plan organisationnel, il est indispensable d'avoir de l'expérience. Enfin, je pense qu'il est important d'être doté d'une certaine intelligence émotionnelle. C'est une notion peut-être plus subjective, mais qui, je crois, est essentielle à cultiver dans notre société actuelle.

Quels sont les projets à venir pour votre établissement ?

**Antoine Lecoq :** Nous avons la volonté de proposer davantage de retraites thématiques afin d'aller plus loin sur certains sujets, qu'il s'agisse de l'ayurveda, des soins post-cancer, etc. Par ailleurs, un projet que nous sommes très fiers de lancer début 2025 au sein des Cures Marines de Trouville Hôtel 5\* Thalasso & Spa est le concept de « coaching holistique ». L'idée est de proposer à nos clients des séances de coaching en présentiel ou à distance après leur séjour. La durée sera de 12 semaines et le coaching inclura non seulement le volet sportif, mais aussi les aspects nutritionnel, sommeil et émotionnel. C'est une nouvelle façon de permettre à nos clients de prolonger l'expérience avec nous au-delà de leurs séjours.



## CÔTÉ PERSO...

### QUELLE EST VOTRE HUILE ESSENTIELLE FAVORITE ?

**ANTOINE LECOQ :** Il y en a une que j'adore : l'huile essentielle de citron, clou de girofle et basilic proposée par Voya. Elle est parfaite pour vous stimuler lorsque vous êtes fatigué et vous apporte un coup de peps ainsi qu'une clarté mentale.

### QUELLE EST VOTRE BOISSON HEALTHY PRÉFÉRÉE ?

**A.L. :** J'aime beaucoup l'eau de bouleau. Elle est à la fois purifiante, détoxifiante, hydratante et nutritive.

### QUEL EST VOTRE SOIN PRÉFÉRÉ ET POURQUOI ?

**A.L. :** Ça change tout le temps (*sourire*). En ce moment, c'est le Rituel du bain aux algues, que nous sommes les seuls à proposer en France. Il s'agit d'un bain de mer bouillonnant dans lequel nous ajoutons de vraies algues aux vertus reminéralisantes et hydratantes exceptionnelles. Ce que j'aime beaucoup, c'est la sensorialité de ce soin. Il a un côté « connexion brute » à la nature que j'adore.

### QUELLE EST VOTRE CITATION PRÉFÉRÉE ?

**A.L. :** « La seule source de connaissance est l'expérience », Albert Einstein. J'aime beaucoup cette citation, car elle correspond parfaitement au concept de The Purist. Ce que nous essayons de proposer à nos clients à travers ce concept, c'est un accompagnement vers une meilleure connaissance d'eux-mêmes.

### QUEL A ÉTÉ VOTRE DERNIER VOYAGE ?

**A.L. :** Je suis un amoureux de l'Écosse, qui est ma dernière destination.

L'espace favori d'Antoine : véritable temple de la méditation niché au cœur de la thalasso des Cures Marines de Trouville, cet espace intimiste est orné de sept pierres précieuses originaires de Madagascar, symbolisant les 7 chakras. Il invite à un voyage intérieur, propice à l'introspection et à la sérénité.



Le Rituel du bain aux algues by Voya, le soin préféré d'Antoine Lecoq.  
The seaweed bath ritual by Voya, Antoine Lecoq's favourite treatment.

## (Design Lab) Interview

### Antoine Lecoq

"The rise of the holistic approach represents one of the major developments in the Wellness industry today and for the future."

For this issue, it is Antoine Lecoq, Wellness & Spa Director at Les Cures Marines de Trouville, a 5-star Thalasso & Spa Hotel, who took part in this special interview. Antoine shared his vision of the industry and of his profession, as well as some of the initiatives he has implemented at this resort focused on hyper-personalisation and a comprehensive, holistic approach.

## > WORK LIFE

### What have been the three key milestones of your career?

**Antoine Lecoq:** The first key milestone was the at-home personal training company I founded 20 years ago. This experience allowed me to deepen my understanding of clients' needs. The second key milestone was my training. I pursued several Wellness-focused certifications, including breathwork, aquatic relaxation therapy, and yoga, which significantly enriched my overall knowledge of Wellness. The third pivotal moment in my career was my introduction to the hospitality industry 25 years ago, at the 5-star Royal Hotel in Évian-les-Bains. Discovering the unique world of hospitality was a true revelation for me. Finally, 10 years ago, joining Les Cures Marines de Trouville, a 5-star Thalasso & Spa Hotel, marked a new chapter in my career, with the discovery of this magnificent establishment where I am now Wellness & Spa Director.

### In your opinion, what are the significant developments in the Wellness sector, and how do you address them?

**Antoine Lecoq:** The rise of the holistic approach is one of the most significant developments in the Wellness industry today and for the future. We have observed a growing need for overall balance that take into account not only both body and mind, but also the spirit. Next, there is an increasing demand for hyper-personalisation from our clients. While personalisation has always been central, it has taken on a new dimension since the Covid-19 pandemic. With our "The Purist" concept (*editor's note: The Purist is Accor's first-ever label for a holistic and sustainable Wellness approach, and Les Cures Marines de Trouville is its pilot establishment*), we are pushing this even further. Finally, the third major evolution

I've identified is the growing role of digitalisation in the client experience, particularly after their stay. Many clients appreciate staying connected with our establishment once their visit is over, and digital tools make this much easier.

### What actions have you recently implemented in your establishment, and why?

**Antoine Lecoq:** The first action has been strengthening the transversality of intentions. This means we continuously implement initiatives to ensure that our staff enjoy a professional experience connected to wellbeing. These initiatives include offering more coherent and responsible dining options, weekly fitness classes, and opportunities to discover our partner brands in the staff areas. The second action focuses on 360-degree environmental responsibility. As part of this effort, the establishment recently earned the Clef Verte (*Green Key*) certification, which was a significant achievement for us.

### What do you think are the key qualities of an inspiring Spa Manager?

**Antoine Lecoq:** I believe it's important to have a clear vision to guide your team. Additionally, fostering compassionate leadership is essential, as it goes beyond being exemplary and projects empathy. Professional expertise is also indispensable when managing a Wellness establishment of this calibre. Lastly, I think possessing a degree of emotional intelligence is crucial. While it may be a more subjective concept, I believe it's vital to cultivate this in today's society.

### What are the next projects for your establishment?

**Antoine Lecoq:** We aim to offer more thematic retreats to delve deeper into specific topics, such as Ayurveda and post-cancer care. Furthermore, a project we are very proud to be launching early 2025 at Les Cures Marines de Trouville, is the concept of "holistic coaching". The idea is to provide clients with coaching sessions, either in person or remotely, after their stay. This coaching will encompass not only the physical aspect but also nutrition, sleep, and emotional wellbeing.

## > ABOUT HIM

### What is your favourite essential oil?

**Antoine Lecoq:** There is one that I adore: the blend of lemon, clove, and basil essential oils by Voya.

### What is your favourite healthy drink?

**Antoine Lecoq:** I really like birch water. It is purifying, detoxifying, hydrating, and nutritious all at once.

### What is your favourite treatment and why?

**Antoine Lecoq:** It's the Seaweed Bath Ritual, that we are the only ones to offer in France. It involves a bubbling seawater bath enriched with real seaweed, known for its exceptional remineralising and hydrating properties.

### What is your favourite quote?

**Antoine Lecoq:** "The only source of knowledge is experience" by Albert Einstein.

### What was your last trip?

**Antoine Lecoq:** I am in love with Scotland, which was my most recent destination.



RKF®

LUXURY LINEN

SINCE 1834

<https://www.rkf.fr/>