



Echappée printanière à Médoc Atlantique (Gironde)



A seulement 1h de Bordeaux, les 124 km de plages de Médoc Atlantique, ses forêts de pins à perte de vue, ses grands lacs, ses vignes, ses marais ou encore sa façade estuarienne offre une véritable bouffée d'oxygène le temps d'un week-end ou d'un court séjour !



Prendre du temps pour soi à Médoc Atlantique

Avec les beaux jours qui reviennent, le soleil qui s'affirme : il est temps de prendre soin de soi et de partir en week-end bien-être du côté de Médoc Atlantique !

Et quoi de mieux que de se laisser bercer par les mains d'experts dans les spas de la destination.

À Lacanau, direction le spa de Vitalparc pour composer votre journée idéale selon vos envies, avec au programme : un ou des soins, l'accès à l'Univers Sensoriel, à la piscine extérieure chauffée et un déjeuner en mode découverte.

Pour être seul-e au monde, le Spa Océan à Hourtin, vous propose de le privatiser intégralement de 30 minutes à 2 heures, idéal pour se relaxer au chaud dans le hammam. Envie de dépaysement ? Port-e par la senteur de la noix de coco, de la mandarine ou encore de la vanille, détendez-vous sous les mains des masseuses des Secrets de July à Soulac-sur-Mer. Vous en ressortirez rechargé-e et prêt-e à affronter le reste de l'année !

Réveillez ses chakras à Médoc Atlantique

Pour se ressourcer, prenez le temps de vous reconnecter à la nature lors d'une séance de yoga ou de shiatsu au bord de l'Océan Atlantique.

Pour un moment de soin, rencontrez Katja Thomsen de Yoga-sur-Mer à Soulac-sur-Mer, pour une séance de shiatsu, massage traditionnel japonais, pour dénouer les tensions ou soulager les douleurs plus chroniques.

Vous souhaitez tester quelque chose de différent ? Au lac de Lacanau, enchaînez les postures de yoga sur une planche de stand up paddle avec Tengo Frio. En pleine nature, profitez au maximum des énergies positives et soyez à l'écoute de vos sensations.





Parcourir la Vélodyssée

La Vélodyssée, partie française de l'Atlantic Coast Route - EuroVelo, est une véloroute qui traverse la Bretagne et longe l'Atlantique jusqu'à la Côte basque.

À Médoc Atlantique, cette voie part du Verdon-sur-Mer et traverse la destination sur 87 km pour arriver à Lacanau-Océan.

Découvrir Médoc Atlantique à vélo est une option idéale pour profiter des paysages, faire des haltes pour découvrir le phare de Cordouan, les villas soulacaise, les cabanes des sauveteurs à Montalivet-les-Bains, le plus grand lac d'eau douce de France à Carcans-Hourtin et enfin faire une session de surf à Lacanau-Océan.

Pour les 10 ans de la Vélodyssée, enfourchez votre monture à travers Médoc Atlantique !

Arpenter les greens

Que vous soyez un vrai initié ou si vous vous demandez s'il faut utiliser un fer 3 ou 4, Médoc Atlantique a le parcours de golf qui vous séduira.

À Lacanau, vous aurez le choix entre trois parcours de golf :

- Le UGOLF Garden Golf, golf écodurable, avec ses 18 trous,
- Le Bluegreen-La Méjanne, élu meilleur 9 trous de France en 2012 par le magazine Fairways
- Le golf et mini-golf du Baganais de l'UCPA pour une journée familiale au complet.

Plus au nord de Médoc Atlantique, c'est à Grayan-et-l'Hôpital que vous trouverez le Balata Golf Practice avec ses 9 trous et un practice de 10 postes : de quoi progresser dans les meilleures conditions.



Ne cherchez plus, Médoc Atlantique est la destination de votre prochaine escapade !

Contacts presse :

AGENCE REVOLUTIONR :

Léa Terrier - 07 86 39 14 69 - lterrier@revolutionr.com

OFFICE DE TOURIME MÉDOC ATLANTIQUE

Emmeline Azra - Responsable Pôle Attractivité et Relations Partenaires - 07 85 64 94 58 - emmeline@oceanesque.fr

Aurélié Pierrat - Cheffe de projet promotion et communication - 06 78 53 91 41 - aurelie@oceanesque.fr