

L'ÉCHAPPEE Bien être, calme et volupté en plein cœur d'Oberkampf



Si comme moi, vous n'avez jamais été un grand fan de l'agitation des salles de sports ou de l'ambiance « clinique » des instituts de remise en forme, l'Echappée est à coup sûr un endroit qui vous plaira. En effet Béatrice et Yannick, deux cadres sup' qui ont quitté leurs emplois pour se lancer dans cette aventure, ont réussi à créer un SPA cosy, apaisant et classe.

Dès mon entrée, je ressens qu'ici tout va à l'essentiel... Epurée, la déco rappelle celle des grands lofts new-yorkais. Chaleureux, l'accueil fait juste ce qu'il faut pour vous mettre à l'aise. Intimiste, l'aménagement de l'Echappée permet de vous détendre en toute tranquillité.

Après avoir été séduit par le lieu, il est temps de tester les services proposés, et je me rends vite compte que l'Echappée est en fait bien plus qu'un SPA : c'est un véritable lieu de vie. En toute sérénité, vous profiterez d'un superbe hammam, passerez entre les mains expertes d'une masseuse-esthéticienne (gommage au savon noir, enveloppement rassoul, massages traditionnels) ou encore vous prélasserez au bord d'un

immense jacuzzi... Mais ce n'est pas tout, car Béatrice et Yannick mettent à votre disposition toute une gamme d'activités douces, ludiques et personnalisées. Ainsi, pour le bien-être du corps et de l'esprit, essayez le yoga, Pilates et autre Qi-Gong, pratiquez l'E.C.A.R (Eveil, Corporel, Assouplissement, Relaxation) ou encore le Nia (mélange de danse et d'art martiaux)...

Et si après cette saine dépense d'énergie l'appétit vous creuse, un restaurant confortable qui ne sert que des produits frais se situe à l'étage. Les week-ends, on peut y bruncher et savourer des douceurs faites maison. La semaine, une carte gourmande et équilibrée ravira petites et grandes famins.

Enfin, sachez que pour vous assurer un maximum de liberté, toutes les formules de l'Echappée font preuve d'une étonnante flexibilité (entrée unique, abonnements, systèmes de crédit d'unités...) et qu'à partir de 35€ seulement, vous pourrez vous offrir les clefs de ce petit paradis !

Michael Pecot-Kleiner

L'Echappée Spa urbain - restaurant

64, rue de la Folie Méricourt 75011 Paris

Tél : 01 58 30 12 50 www.lechappée.com