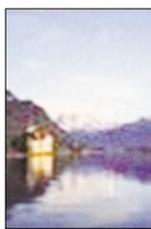




## Train panoramique

Le Montreux Oberland bernois est une véritable bulle de verre se déplaçant dans l'espace

Page 2



## Villégiature

A la découverte des charmes de la Riviera vaudoise

Page 3



## Greens au balcon

Le golf de Crans-Montana est considéré comme l'un des plus hauts et des plus beaux du monde

Page 3

## ÉDITORIAL

### Le voyage enchanté

« Mais que diable iriez-vous faire en Suisse ? - J'irais simplement y cueillir un supplément d'âme, chère madame... » Dialogue imaginaire au cœur des idées reçues. Notre voisin helvète effeuille lentement, c'est une tradition, ses charmes et ses valeurs. Il dévoile peu à peu les secrets de ses vins et de sa gastronomie. Il révèle la quiétude de ses bords de lac et offre, dans la diversité de son ter-

MAURICE GILBERT

ritoire, la multitude de ses attraits, la qualité de ses équipements et la force de ses paysages. Notre voyage au pays du bien-être est constitué d'autant d'étapes que de particularités. Il a pour seul trait d'union la promesse d'un retour aux sources de l'apaisement dans un monde aux repères bouleversés. Qu'il s'agisse de remise en forme, d'évasion, de découverte, chaque séjour que nous vous présentons offre une garantie d'étonnement et souvent d'enchantement. C'est une somme d'itinéraires aux contours surprenants. Elle forme un tout à déguster sans modération.



(DR)

Huit destinations hors du temps et la promesse d'un retour aux sources de l'apaisement dans un monde aux repères bouleversés

# Suisse : les étapes du bien-être

Cela ressemble un peu aux livres d'images de notre enfance et à nos cours de géographie. Des paysages inouïs, un parfum de nostalgie et un délicieux sentiment d'exception. La Suisse offre un merveilleux avantage. Sa proximité permet de s'échapper, de s'évader sans pour autant s'éloigner. Les huit destinations que nous avons choisies sont toutes à moins de quatre heures de Paris. Elles ont en commun le confort, l'élégance et le sens du bien-être sous ses différentes formes.

Plus qu'un hôtel de luxe, le **Victoria-Jungfrau Grand Hôtel & Spa** est d'abord le symbole de la grande tradition hôtelière suisse avec une vue époustouflante sur l'imposant massif de la Jungfrau et un spa design de 5 500 m<sup>2</sup>. On y vient pour prendre un peu de détente, pour faire du bateau sur les lacs de Thun et Brienz, pour admirer les montagnes depuis le Shilthorn que l'on atteint par un téléphérique.

Véritable bulle sans stress, jouissant d'une vue exceptionnelle, le **Mirador Kempinski** a toujours eu vocation au bien-être de ses hôtes. Un balcon au-dessus du lac Léman qui explique pleinement le nom de l'hôtel. Ce Mirador construit il y a tout juste un siècle sur les coteaux du Mont-Pèlerin au cœur du vignoble de Lavaux domine fièrement la Riviera vaudoise et ses deux perles, Vevey et Montreux.

C'est aussi l'Espace Amrita bien-être — la redécouverte d'une approche ancestrale du bien-être — dans le cadre élégant du **Montreux Palace** idéalement situé sur les rives du lac Léman. Lieu de villégiature face à l'un des plus beaux lacs d'Europe, le Montreux Palace reste l'une des grandes adresses gastronomiques de la Riviera vaudoise.

Deux superbes établissements dans la tradition des palaces d'autrefois : le Grand Hotel Quellenhof et le Hof Ragaz. Les **Grand Hotels Bad Ragaz**, en Suisse orientale, réunissent l'unique Health, Spa



(DR)

& Golf Resort qui dispose de sa propre eau thermale, d'un golf 18 trous et un univers de 2 500 m<sup>2</sup> consacré au bien-être.

Sur les rives du lac de Neuchâtel, le **Grand Hôtel des Bains** d'Yverdon-les-Bains relié directement au centre thermal et ses trois piscines thermales (28 °C à 34 °C).

Le bien-être à la montagne. L'**Hôtel Crans-Ambassador**, et son centre Mességué-phytotherme au cœur des Alpes valaisannes, propose des séjours de remise en forme à proximité des pistes de ski, des sentiers de randonnée et du célèbre golf de Crans-sur-Sierre. Tout comme le **Chalet d'Adrien à Verbier** qui offre à ses hôtes des moments de relaxation en altitude et toute la gamme de soins du corps et du visage.

En plein centre de Lausanne, capitale olympique au cœur de la belle région viticole vaudoise, le **Lausanne Palace & Spa** dresse sa belle façade face au lac Léman et aux sommets des Alpes.

L'hôtel abrite un centre de bien-être unique sur la Riviera lémanique, le « CBE Concept Spa ». Ces établissements ont intégré depuis toujours la philosophie du wellness : bien-être pour le corps et l'esprit !

Si le terme anglais de *wellness* (bien-être) n'a trouvé que récemment sa place dans notre vocabulaire, le concept qu'il recouvre ne date pas d'hier. Égyptiens, Grecs, Romains, Chinois et autres Byzantins étaient, chacun à sa manière, passés maîtres dans l'art d'harmoniser le corps et l'esprit. D'ailleurs, bon nombre de techniques modernes de relaxation et des soins de beauté que regroupe aujourd'hui le terme de *wellness* se fondent sur des connaissances que les Anciens avaient déjà. Ajoutez-y la découverte de la gastronomie helvète et de ses vignobles longtemps et injustement méconnus, vous aurez pénétré quelques-uns des secrets du bien-être suisse.

Mathilde Julliard

Une multitude d'itinéraires s'offrent aux gourmands désireux de découvrir un éventail culinaire unique

## Sur la route de la gastronomie helvète

Quatre cercles culturels et quatre régions linguistiques, en fallait-il plus pour donner à la gastronomie et à l'œnologie suisses la variété, la diversité et la richesse de ses nouveaux talents ?

Parmi les multiples itinéraires qui s'offrent aux gourmands, celui que nous avons choisi prend sa source à Bienne au nord de Neuchâtel et s'étire jusqu'à Schaffhouse dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

Du nord au sud des Alpes, la quête des délices engendre la découverte de régions climatiques contrastées, de paysages diversifiés, de cimes, de lacs et de vallées.

Au fil des siècles, l'influence des pays limitrophes a donc donné à la Suisse une cuisine particulièrement riche et variée. Il en va de même pour le vin. Pourtant, à l'étranger, seuls quelques connaisseurs sont au fait des meilleurs vins suisses. Saviez-vous qu'à côté des cépages les plus connus, certains raisins cultivés et vinifiés en Suisse ne poussent nulle part ailleurs ?

La géographie viticole se subdivise en trois régions, qui recoupent les frontières linguistiques et culturelles : la Suisse orientale (allemande et romanche), romande (franco-phone) et italienne (canton du



Tessin). De plus, la situation géographique particulière de la Suisse, entourée de quatre nations viticoles (France, Italie, Allemagne et Autriche), aboutit à une extrême diversité de caractères de ses vins.

La vigne est cultivée en Suisse depuis l'époque romaine. Bien que certaines

traces attestent une origine encore plus ancienne, nombre de cépages autochtones portent des noms d'origine latine. Le christianisme et les besoins de l'Office assurent la pérennité des cultures au cours du



Moyen Âge et au-delà. Mais le vin ne saurait être que de messe et la culture de la vigne en Suisse, malgré des hauts et des bas, s'est perpétuée et développée jusqu'à nos jours. Ses produits sont maintenant les ambassadeurs à l'étranger d'un terroir dont, année après année, les vigneronns de ce

pays s'attachent à tirer le meilleur.

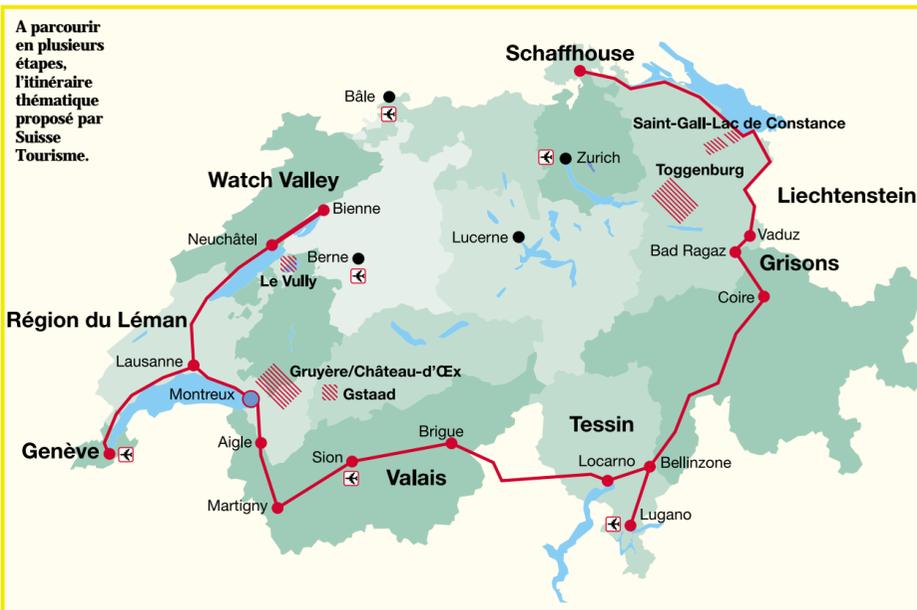
Au pays des **Trois Lacs**, les environs de Neuchâtel regorgent de trésors et conjuguent fêra en croûte, brochet au four avec les chasselas et pinot noir de la région.

Autour de **Genève**, la nouvelle génération de chefs marie chasselas, gamay et chardonnay avec les filets de perche et les gratins de cardons.

Au pays du **Léman** l'omble chevalier reste un mets rare que d'aucuns accompagnent du désormais célèbre vin du chemin de fer ! Deux temples de la gastronomie y sont érigés. Chez Philippe Rochat à Crissier et au pont de Brent près de **Montreux** les trois étoiles décernées par Michelin sont loin d'être usurpées.

Les plaisirs sont sans fin dans les hauteurs du **Valais**. La tradition du fromage et de la charcuterie conserve tous ses adeptes que les connaisseurs accompagneront d'une petite arvine, d'un johannisberg ou d'un syrah.

► SUITE PAGE 4





## HÔTEL MONTREUX PALACE

# Un presque centenaire



### Le centre Amrita Wellness

Accessible de l'hôtel par un passage souterrain, le centre Amrita Wellness est installé au bord du lac Léman, dans les superbes jardins du palace. Il s'inspire d'un luxueux concept pour le fitness, la santé et la relaxation créé par le groupe Raffles International de Singapour. Le nom de la marque « Amrita » trouve ses racines

dans une légende sanskrite selon laquelle, depuis le début des temps, les hindous ont cherché Amrita, un élixir qui pouvait leur donner la jeunesse éternelle. Le centre Amrita Wellness, c'est un espace de 2 000 m<sup>2</sup> avec une piscine d'intérieur et une piscine extérieure sur la pelouse, côté lac. Sauna, bassin froid, hammam, jacuzzi,

2 bains à remous... La partie soins offre 10 cabines où sont dispensés les traitements Amrita qui associent les techniques occidentales avec les thérapies orientales. Les soins corporels dont « Amrita ressourcement ayur-védique » et « Amrita élixir de jeunesse » sont des traitements exclusifs du centre.

Il a fière allure, ce vaste bâtiment Belle Epoque qui se mire dans le lac Léman. Lorsque le soleil illumine la région, le Montreux Palace sort ses surprenants stores jaunes qui semblent illuminer sa majestueuse façade de style Belle Epoque.

Ce presque centenaire (il a été inauguré en 1906) a toujours su rester dans l'air du temps. Il le confirme à l'aube du XXI<sup>e</sup> siècle avec des nouveautés comme le restaurant Jaan, d'esprit « fusion food » et la qualité de son centre Amrita Wellness.

La plupart des 235 chambres et suites du Montreux Palace regardent le lac. Ambiance luxe et chic avec une belle harmonie de tissus rayés qui répondent aux teintes claires des murs. Les hauts plafonds, les balcons contribuent à cette atmosphère de clarté douce qui baigne les chambres.

Lieu de villégiature face à l'un des plus beaux lacs d'Europe, le Montreux Palace reste l'une des grandes adresses gastronomiques de la Riviera vaudoise. Pour satisfaire toutes les papilles il propose quatre restaurants. Carte gourmande et cuisine

chaude jusqu'à 23 heures à la Brasserie du Palace, grillades et buffet de salades au soleil à La Terrasse du Petit Palais, cocktails et petits plats rapides servis tard dans la nuit et en musique au Harry's New York Bar, et enfin, délicate cuisine française soulignée de subtiles saveurs asiatiques au Jaan. Des fins produits du terroir, du lac et des rivières y sont utilisés pour les plats originaux. Les menus sont changés selon les saisons. C'est un Français, David Tarnowski, ancien élève d'Alain Ducasse à Monte-Carlo qui règne derrière les fourneaux et sert sa cuisine dans un décor contemporain et minimaliste. Attendant, le Bar de la Rose d'Or a été réaménagé et adapté au décor du Jaan avec notamment un somptueux chandelier en fer forgé patiné et cristal signé du designer italien Sergio Mechini.

C. L. P.

Montreux Palace  
Grand-Rue 100  
CH-1820 Montreux  
Tél. : 00 41 21 962 12 12  
Fax : 00 41 21 962 17 17  
www.montreux-palace.com



### Forfait Relaxation Deluxe

2 nuits en chambre supérieure avec vue sur le lac, petits-déjeuners servis à la Palmeraie, dîner léger 4 plats au Jaan le soir de votre arrivée, déjeuner « Fit Amrita » à la Brasserie du Palace, jus de fruits frais offert à l'Amrita Café. Et les soins Amrita Elixir de jeunesse (140 minutes). L'accès au sauna, bain de vapeurs, jacuzzi, piscine et fitness de l'Amrita. A partir de 566 euros par personne en chambre double.

### BLADES EN PANORAMIQUE

Des rives du Léman au cœur de l'Oberland bernois, cette voie de chemin de fer construite en cinq ans au début du XX<sup>e</sup> siècle n'est plus aujourd'hui seulement une liaison ferroviaire indispensable. Grâce au Montreux-Oberland bernois, ce train panoramique que tout le monde désigne sous ses initiales MOB, c'est un voyage spectaculaire qui nous est offert. Trait d'union entre les palmiers de la Riviera lémanique et les chalets de l'Oberland Bernois en passant par les prairies du Pays-d'Enhaut, ce train accumule les superlatifs. Les anciennes voitures ont fait place au GoldenPass Panoramic. Un train du troisième millénaire avec voitures-bars et salon climatisés à ciel ouvert, véritable bulle de verre se déplaçant dans l'espace... Au total, 76 kilomètres d'un voyage inoubliable. Et, pour découvrir la plus belle vue sur le lac Léman, montez à bord du train à crémaillère qui relie Montreux au sommet des Rochers-de-Naye.

GoldenPass Panoramic.  
Tél. 00 41 (0) 21 989 81 81  
et www.mob.ch

## GRAND HÔTEL DES BAINS D'YVERDON

# Classicisme et modernité

### Thermalisme et remise en forme

Le Centre Thermal, relié au Grand Hôtel des Bains, offre calme et délassément. La douceur du climat, les bienfaits des eaux sulfureuses, la qualité des installations sont les atouts majeurs de ce beau complexe de soins. Pour vivre des instants de bien-être et de relaxation, trois piscines thermales (dont une intérieure), des Jacuzzis, des bains de bulles et des jets de massage. A Yverdon, la beauté et la minceur se conjuguent au féminin et au masculin. Au programme de votre séjour : soins esthétiques, séjours beauté, programmes minceur, massages, bains individuels aux huiles essentielles. Pour retrouver la condition physique, un espace forme/fitness où l'on vous propose un suivi personnalisé : entraînement, tests médico-sportifs, bio-impédance, analyse de résultats... Dans l'espace santé, les hôtes du Grand Hôtel des Bains sont suivis par les médecins spécialistes en rhumatologie, médecine du sport et ORL, ainsi que par des physiothérapeutes diplômés. Le Centre Thermal est reconnu officiellement comme lieu de cure.



Un vaste parc arboré non loin du lac de Neuchâtel, des espaces lumineux, des chambres où il fait bon se détendre, un centre thermal réputé : le Grand Hôtel des Bains d'Yverdon ne manque pas d'arguments pour séduire les candidats à la remise en forme. Ajoutez à cela le climat tempéré de cette station située à 433 mètres d'altitude et vous comprendrez les raisons du succès de cet établissement.

Chaque des 120 chambres et suites confortables dispose d'un balcon ou jardin d'hiver. Les hôtes peuvent profiter librement de la piscine thermale privée de l'hôtel. Ils peuvent également avoir un accès direct aux bains thermaux, au wellness et au club fitness du centre thermal relié à l'hôtel. Prendre soin de son corps n'impose pas un renoncement définitif aux plaisirs des nourritures terrestres. Au Grand Hôtel des Bains d'Yverdon, vous pouvez opter pour des menus gastronomiques au restaurant Pavillon, une cuisine Brasserie à la Belle Epoque avec sa terrasse en été, ou encore, profiter de l'atmosphère élégante et de l'architect-

ture baroque du nouveau bar Rotonde. Une belle image de l'art de vivre en Romandie.

C. L. P.

Grand Hôtel des Bains  
Av. des Bains 22  
CH 1401 Yverdon-les-Bains  
Tél. : 00 41 24 424 64 64  
Fax : 00 41 24 424 64 65  
www.grandhotelyverdon.ch

### L'eau et les pierres bienfaisantes

2 nuits en chambre double, petit-déjeuner buffet, boissons du minibar, demi-pension, utilisation libre des bains thermaux, de l'infrastructure bien-être/wellness et de fitness. Un massage Hot Stone (aux pierres chaudes), un soin du visage pour femme ou homme, une balnéo, un massage du dos. A partir de 550 euros par personne en chambre double.

### HISTOIRE, PLAGE ET CHÂTEAU

Elle est bien jolie cette petite ville à la pointe sud du lac de Neuchâtel, au pied du Jura. Les eaux sulfureuses et magnésiennes qui jaillissent des profondeurs de la montagne étaient déjà connues à l'époque romaine. Depuis, on y vient pour profiter de leurs vertus curatives, mais aussi pour profiter de l'atmosphère du lieu. Au chapitre des activités, il y a bien sûr la belle plage au bord du lac. Du côté des visites, il ne faut pas manquer le château, bâti en plein centre-ville par Pierre II de Savoie. Le musée de la ville qui y est hébergé comprend plusieurs salles retraçant la préhistoire et l'histoire de la région sur plus de 6 000 ans. On peut aussi y voir deux embarcations de la période romaine, une collection de costumes dans le Musée de la mode et une intéressante section des antiquités égyptiennes organisées autour Neshou de l'époque des Ptolémées. Dans la tour nord-est, une salle est consacrée à Johann Heinrich Pestalozzi, pédagogue et philanthrope des XVIII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles dont les travaux sont encore très respectés aujourd'hui.

## GRAND HOTELS BAD RAGAZ

# La tradition des palaces d'autrefois

Deux superbes établissements dans la tradition des palaces d'autrefois. Au pied des Alpes suisses, dans l'écrin vert des forêts, les Grand Hotels Bad Ragaz composent un superbe complexe ouvert toute l'année. Tout ici est une invitation à la sérénité : les arbres centenaires du parc, le confort douillet des chambres, l'amabilité de l'accueil.

Le Grand Hotel Quellenhof (5 étoiles), membre de la prestigieuse chaîne des Leading Hotels of the World, dispose de 106 suites, toutes avec balcon. De la Junior Suite (50 m<sup>2</sup>) à la Royal Suite (200 m<sup>2</sup>) équipée

d'une baignoire d'hydromassage à l'eau thermale qui jaillit des gorges de la Tamina à 639 mètres d'altitude. Dès les premiers beaux jours, les barbeques désormais légendaires du

restaurant Bel-Air sont servis sur la terrasse. Au Grand Hotel Hof Ragaz (4 étoiles), vous avez le choix entre 133 chambres. De la jolie double à la suite princière historique avec son décor

XVIII<sup>e</sup> siècle en passant par l'extravagante suite du Cygne... Côté cuisine, cet établissement n'a rien à envier aux meilleurs palaces du pays. Gastronomie étoilée concoctée par le chef Roland Schmid à l'Abstestube, saveurs suisses dans le cadre intime de la Zollstube et parfums de la Méditerranée au tout nouveau restaurant Olives dirigé par Vincenzo Fusaro.

Les Grand Hotels Bad Ragaz sont également le seul resort suisse disposant de son propre golf 18 trous. Un parcours dessiné il y a près d'un demi-siècle par Don Harradine. dans un environnement arboré avec des obstacles aquatiques naturels. Les clients bénéficient d'une réduction sur le greenfee. Le soir, ils peuvent venir s'offrir quelques frissons au nouveau casino ouvert il y a un peu plus d'un an. Tables de roulette et de black jack y côtoient 125 machines à sous de la dernière génération... L. D.

Grand Hotels Bad Ragaz  
7310 Bad Ragaz Suisse  
Tél. : 00 41 81 303 30 30  
Fax. 00 41 81 303 30 33  
www.resortragaz.ch  
et reservation@resortragaz.ch

### Le Spa To B. Health Club

Cette oasis de fitness et de bien-être de plus de 2 500 m<sup>2</sup> bénéficie des bienfaits reconnus depuis le Moyen Age, de l'eau thermale de Bad Ragaz. Cette pure source chaude faiblement minéralisée est utilisée pour les soins de thérapie thermale et dans les sept piscines des spas, encadrées de belles colonnades de marbre. Le To B. Health Club réunit dans son vaste périmètre une intéressante combinaison d'équipements. Bains, sauna

et hammam, cabines d'aromathérapie, baignoires d'hydromassage, parcours Kneipp et parcours romano-irlandais, sans oublier une zone active consacrée aux exercices physiques et cardio, aux leçons de fitness, yoga, aérobic, Tae Bo... Il propose également des massages spéciaux (de l'oriental à l'hawaïen) et des traitements innovateurs comme La Stone-Therapy ou les massages Lomi Lomi Nui et un centre de beauté le To B. Beauty.



### Forfait Total Relaxation

3 nuits avec copieux buffet de petit-déjeuner, l'entrée gratuite à notre oasis de détente sur plus de 2 500 m<sup>2</sup>, cours de fitness quotidiens, soins du visage spécial Karnebo Face, bain relaxant, massage Lomi Lomi Nui. A partir de 699 euros par personne en chambre double.



### LA COLLECTION DU PRINCE DE LIECHTENSTEIN

Avec plus de 30 000 habitants sur une superficie totale de 160 km<sup>2</sup>, le Liechtenstein est le quatrième des petits Etats européens. Une principauté qui s'est développée économiquement après la Seconde Guerre mondiale avec l'implantation d'une industrie de pointe.

Ce confetti au cœur de l'Europe reçoit la visite de nombreux touristes attirés par la beauté d'un pays avant tout montagnard. On vient skier à Malbun et Steg, randonner sur les sentiers alpins en été et aussi visiter, à Vaduz, les collections du prince de Liechtenstein, sans doute la plus grande attraction culturelle du pays.

Pendant des siècles, les princes régnant ont réuni des œuvres d'art de qualité. Quelques somptueux tableaux de Rubens, comme l'imposant « Histoire du consul romain Publius Decius Mus » ou la très célèbre et intimiste « Tête d'enfant », mais aussi des toiles signées Van Dyck, Franz Hals...



## HOTEL MIRADOR KEMPINSKI

## Au cœur du vignoble de Lavaux

Il y a le site d'abord. Un balcon au-dessus du lac Léman qui explique pleinement le nom de l'hôtel. Ce Mirador, construit il y a tout juste un

siècle sur les coteaux du Mont-Pèlerin au cœur du vignoble de Lavaux, est entouré de pâturages et de forêts, et domine fièrement la Riviera vaudoise

et ses deux perles, Vevey et Montreux.

Etablissement médical à l'origine, il a ouvert en 1904 sous le nom de Mon Repos. Le

Mirador Kempinski qui a toujours eu vocation au bien-être de ses hôtes, proposait non seulement des « cures d'air » aux convalescents, mais également de l'hydrothérapie et de la physiothérapie.

Sous ses allures d'élegant manoir de campagne, il offre un cadre aménagé avec goût. Épaisses moquettes, bois précieux, lustre de cristal et toiles de maître... Une atmosphère rassurante de luxe bourgeois et contemporain conciliant un mobilier luxueux avec une technologie de pointe pour un confort exceptionnel. Des chambres panoramiques, deux restaurants dont un, Le Trianon, sert la cuisine étoilée du chef Thierry Bonfante, un mignon chalet dans le parc pour déguster les spécialités d'un carnetot suisse... Tout ici invite à un séjour reposant et reconstituant.

C. L. P.

Le Mirador Kempinski  
Chemin du Mirador 5  
1801 Mont-Pèlerin  
(Montreux-Vevey)  
Tél. : 00 41 21 9 25 11 11  
Fax : 00 41 21 295 11 12  
www.mirador.ch



## Le Mirador Givenchy Spa

Vingt ans tout juste après l'ouverture de son spa (le premier réalisé dans la région lémanique), l'Hôtel Mirador Kempinski crée à nouveau l'événement avec l'ouverture du seul Spa Givenchy en Suisse.

« Alors que les hôtels de la région ont choisi une philosophie orientale pour leurs centres de bien-être, le Mirador Givenchy Spa restera européen et offrira donc des soins professionnels exclusifs de proximité », explique Eric Favre, le directeur général de l'hôtel.

Les soins dispensés dans neuf salles de traitement avec vue imprenable sur le lac Léman utiliseront les produits de la gamme Swisscare Givenchy Spa. Parmi les traitements phares du programme : le Canyon Love Stone Therapy venu de l'ouest américain et le massage à quatre mains Ylang Ylang de l'île Maurice.

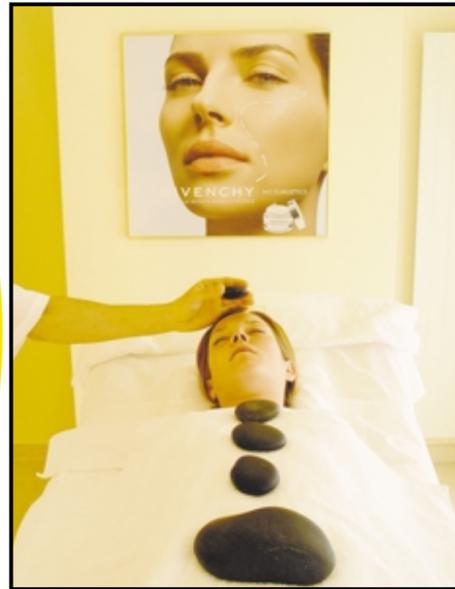
Le Mirador Kempinski abrite également le Centre Cambuzat, une structure leader de l'aminicissement depuis trois décennies (Tél. : 00.41.21.925.19.91). Depuis août 2003, le Mirador Kempinski accueille également le Swiss Antiage Group, un groupe médical spécialisé

dans les techniques de revitalisation (00.41.21.925.18.26).



## Horizon Fitness

2 nuits en chambre double (vue sur le lac Léman et les Alpes) avec le petit-déjeuner buffet Forme et Plaisir, le déjeuner ou dîner (à la brasserie de cuisine légère Le Patio ou au restaurant de spécialités suisses Le Chalet) et un soin de beauté ou de bien-être de cinquante minutes par personne au Spa Givenchy. Le forfait inclut l'accès illimité au centre de Fitness, et au sauna, hammam, Jacuzzi, piscine intérieure et extérieure, douches multijets et Frozen Shower (douche rafraîchissante de brume parfumée). A partir de 420 euros par personne en chambre double.



## VILLÉGIATURE SUR LA RIVIERA VAUDOISE

Les terrasses de Lavaux étendent leurs vignobles entre Lausanne et Chillon. Des appellations prestigieuses (Saint-Saphorin, Dézaley, Epresses, Calamin, Lutry) que l'on découvre à bord du chemin de fer des vignes. Dans ce « pays des trois soleils » qui produit des vins savoureux, la route du vignoble est un prétexte à associer tourisme et gastronomie. Vevey, la jolie ville sur la rive ensoleillée du lac, existait avant même l'époque romaine. Petite cité résidentielle pleine de charme, elle a séduit bon nombre de personnalités, et particulièrement Charlie Chaplin dont une statue, sur les quais, rappelle qu'il a passé les vingt-cinq dernières années de sa vie dans la quiétude de la Riviera vaudoise. Vevey compte des musées uniques : Musée de l'alimentarium (une fondation Nestlé), Musée suisse de l'appareil photographique, Musée du jeu, Musée Jenisch (des beaux-arts), Cabinet cantonal des estampes... Les mélomanes s'y retrouvent chaque septembre pour le Festival international de musique Montreux-Vevey.

## HÔTEL CRANS-AMBASSADOR ET CENTRE MESSÉGUÉ-PHYTOTHERME

## Un panorama d'exception



Ses toits blancs et aigus dessinent une montagne virtuelle sur fond de sapins. L'Hôtel Crans-Ambassador a su fondre son architecture élancée dans le vert des Alpes valaisannes. Sous les yeux des hôtes émerveillés par la beauté du paysage, un panorama d'exception.

Aux côtés du Cervin, quelques sommets remarquables comme le Weisshorn, le Zinalrothorn, le Crêt-du-Midi, mais aussi les Aiguilles rouges, Rosa Blanche et plus loin le Petit Combin...

Bois chaleureux, tapis épais, fauteuils profonds, les parties

communes ont le charme accueillant des demeures de montagne. Il fait bon passer au bar pour lire son journal, profiter de l'ambiance créée par le pianiste ou tout simplement profiter de la quiétude des lieux. Les chambres jouent aussi la carte du luxe cosy et intimiste. Avec,

en plus, ces belles baies vitrées pour profiter du spectacle de la nature. Entre deux soins au centre de remise en forme Mességué-Phytotherme, vous goûterez la cuisine de l'hôtel, gastronomique, régionale, diététique ou végétarienne selon vos envies.

C. L. P.



## GREENS AU BALCON

Crans-Montana, c'est avant tout la montagne. Une montagne douce, un plateau dominant la vallée du Rhône à 1 500 mètres d'altitude, face au Cervin et au mont Blanc. C'est ce décor majestueux que les pionniers du golf ont choisi pour aménager le premier parcours en 1906. Il était à l'époque présenté comme le plus haut du monde. Depuis, les greens n'ont cessé de fleurir au soleil et les plus grands joueurs se sont laissés conquérir par la beauté naturelle du site. Avec ses quatre parcours, le Golf Club Crans-Montana est un paradis pour les golfeurs, de mai à octobre. Il s'enorgueillit de son célèbre 18 trous dessiné à Plan-Bramois par le prestigieux Severiano Ballesteros. Classé comme l'un des plus beaux du monde, ce parcours accueille chaque année en septembre l'European Masters. Le parcours « Jack Nicklaus » de 9 trous permet aussi à chacun de relever des défis inoubliables dans un environnement naturel. Les débutants (sans handicap) ont accès aux parcours de « Super-Crans » et de « Noas ».

Tél. : 00 41 27 485 97 97

## La beauté par les plantes

Dans les années 70, Jacky Maisonneuve qui distribuait en Suisse les produits du « pape des plantes », Maurice Mességué, décide de créer un centre de cure utilisant les vertus des plantes. Au milieu des sapins aux vertus reconnues pour les bronches et les poumons, l'hôtel Crans-Ambassador ouvre son centre de cure Maurice Mességué-Phytotherme avec deux objectifs essentiels : désintoxiquer et régénérer l'organisme pour vivre plus longtemps et en pleine forme. Au programme de cet institut qui propose la beauté par les plantes, des soins internes à base de tisanes et nutrifluides et des soins externes consistant en bains et cataplasmes (le cataplasme aux choux fait du centre le plus gros consommateur de chou de la région...). Le centre de cure Mességué-Phytotherme dispose de son propre laboratoire qui met au point des produits et traitements mo-

dernes à base de plantes. Les soins sont offerts à la carte ou sous forme de cures de durée variable : 7 jours pour la cure Phyto-Santé ou un week-end pour la cure Phyto-Wellness. Rens. : 00.41.27.485.48.48.



Hôtel Crans-Ambassador  
CH - 3692 Crans-Montana 1  
Tél. : 00 41 27 485 48 48  
Fax : 00 41 27 485 48 49  
www.crans-ambassador.ch

## Forfait Escapade

2 nuits en chambre côté sud avec vue panoramique sur les Alpes, la pension complète « gastro-light » et le forfait Phyto-Wellness (10 soins au total). L'offre comprend l'accès gratuit à l'ensemble de l'espace wellness : piscine, jacuzzi, hammam, sauna, salle de fitness). A partir de 495 euros par personne en chambre double.

## LE LAUSANNE PALACE &amp; SPA

## Une grande maison distinguée



En plein centre de Lausanne, capitale olympique au cœur de la belle région viticole vaudoise, le Lausanne Palace & Spa dresse sa belle façade face au lac Léman et aux sommets des Alpes. Son allure de grande maison distinguée porte la promesse d'un séjour sous le signe du calme et de la convivialité. En pénétrant dans le lobby, on est saisi par l'atmosphère raffinée et distinguée des lieux.

Les aménagements importants entrepris ces dernières années ont permis de rénover entièrement l'hôtel désormais parfaitement équipé pour répondre aux attentes d'une clientèle toujours plus exigeante. Les 150 chambres et suites en sont une belle illustration. Teintes douces, mobilier alliant confort et style, larges ouvertures pour laisser pénétrer la lumière du lac...

Haut lieu de l'hospitalité, le Lausanne Palace & Spa est aussi réputé pour sa gastronomie. Avec ses trois restaurants, il propose une cuisine bien-être et dynamisante au Côté Jardin dans un cadre de verdure et une véranda baignée de lumière. Au Grand Chêne, dans un décor de brasserie parisienne, les plats mijotés sentent bon le terroir. Enfin, le restaurant gastro-

nomique La Table du Palace, le restaurant gastronomique, avec le lac Léman en toile de fond, vous régale de ses plats parfumés et inventifs. Vous y découvrirez l'une des cuisines les plus inspirées du moment, celle du chef français Eric Redolat, qui met au goût du jour le meilleur de la tradition et marie avec brio saveurs méditerranéennes et produits nobles. Tout cela dans un esprit délicieusement novateur et enthousiaste grâce auquel les fidèles des lieux n'ont pas fini de découvrir les fondements de la cuisine de demain.

Une table d'hôtes habite un coin de la cuisine du restaurant gastronomique. On y déguste un menu de cinq plats choisis par le chef. L'heure du dernier verre vous retrouvera sûrement au piano-bar ou au LP's Bar, le rendez-vous préféré des Lausannois.

L. D.

Lausanne Palace & Spa  
Grand Chêne 7-9 - 1002 Lausanne  
Tél. 00 41 21 331 31 31  
Fax : 00 41 21 323 25 71  
www.lausanne-palace.com

## Le CBE Concept Spa

L'hôtel abrite un centre de bien-être unique sur la Riviera lémanique, le « CBE Concept Spa », refuge idéal pour les personnes actives désireuses de combiner le monde des affaires, la santé et la beauté. Afin de répondre aux besoins spécifiques de chacun, le CBE innove constamment, créant de nouveaux services et programmes personnalisés. Du bien-être du corps et de l'esprit jusqu'à l'esthétique en passant par le fitness et les soins corporels, le CBE offre des prestations de qualité : beauté et soins du corps avec la nouvelle gamme de produits antiâge CBE Cosmetics et produits naturels Aveda, balnéothérapie avec les produits Phytomer, traitements inspirés des thérapies et rituels traditionnels, piscine intérieure chauffée, hammam marocain, sauna, solarium, salle de fitness proposant la méthode Pilates...



## CAPITALE OLYMPIQUE

Choisie en 1915 par le baron Pierre de Coubertin pour accueillir le siège du Comité international olympique (CIO) fondé à Paris en 1894, Lausanne a été promue capitale olympique en 1994, à l'occasion du centenaire du CIO. Cette ville éminente est aussi un centre culturel très vivant avec plus de vingt cinémas, une douzaine de théâtres, la cinémathèque suisse et les fameux ballets de Maurice Béjart... Ouvert sur le quai d'Ouchy depuis dix ans, le Musée olympique est installé dans un splendide bâtiment de marbre blanc au milieu d'un parc parsemé de sculptures. L'endroit est un hommage à la Grèce antique, berceau des Jeux olympiques, au baron Pierre de Coubertin, aux disciplines olympiques et, évidemment, aux athlètes. Un hymne à l'esprit olympique et aux exploits sportifs. Chaque jour, à midi, la vasque olympique s'embrace tandis que retentit dans les jardins l'hymne olympique.

Musee olympique, Quai d'Ouchy  
1. Tél. : 00 41 21 621 65 11  
et www.olympic.org

## Cure wellness 3 jours/2 nuits

2 nuits en chambre côté ville, cocktail de bienvenue, buffet petit-déjeuner au restaurant Côté Jardin, déjeuner ou dîner (demi-pension) à la Brasserie parisienne ou au restaurant Côté Jardin (boissons en supplément), 2 soins ou cours privés au choix, l'accès illimité aux installations du Centre de bien-être (piscine intérieure, jacuzzi, salle de fitness, cours collectifs, hammam marocain et sauna). A partir de 510 euros par personne en chambre double.

## VICTORIA-JUNGFRAU GRAND HOTEL &amp; SPA

## Le patrimoine hôtelier d'Interlaken

A près de 140 ans, ce fleuron de l'hôtellerie suisse n'a pas pris une ride. Les deux hôtels de montagne reliés par la volonté d'un jeune businessman entreprenant du 19<sup>e</sup> siècle, Eduard Ruchti, font aujourd'hui partie du patrimoine hôtelier du pays. Face à l'imposante Jungfrau et à la chaîne de montagnes qui se déroule au loin jusqu'au Cervin et les fameux « horns » (le Wetterhorn, le Schreckhorn et le Schwarzhorn), le Victoria-Jung-

frau Grand Hotel & Spa rappelle que son histoire est intimement liée à celle du tourisme haut de gamme en Suisse. On ne compte plus les personnalités qui, depuis l'empereur du Brésil en 1877 et Mark Twain l'année suivante, ont séjourné dans cet établissement d'exception pour s'y reposer et profiter de l'air pur. La Belle Epoque puis les années 50 en ont fait une adresse très courue par la jet-set et tous les amateurs de luxe et de nature.

Avec ses 212 chambres et suites décorées avec goût, le Victoria Jungfrau Grand Hotel & Spa reste aujourd'hui encore un lieu de villégiature des plus prisés. On y vient pour prendre un peu de détente, pour faire du bateau sur les lacs de Thun et Brien, pour admirer les montagnes depuis le Shilthorn que l'on atteint par un téléphérique inoubliable depuis qu'il a servi aux exploits de James Bond (*Au service secret de Sa Ma-*

*jesté*)... et aussi pour se régaler de spécialités régionales à la brasserie Jungfrau ou déguster la cuisine aux accents français du restaurant gastronomique La Terrasse. Tout un programme !

L. D.

Victoria Jungfrau  
Grand Hotel & Spa  
CH-3800 Interlaken  
Tel.: 00 41 33 828 28 28  
Fax: 00 41 33 828 28 80  
www.victoria-jungfrau.ch



## Train du ciel pour le Top of Europe

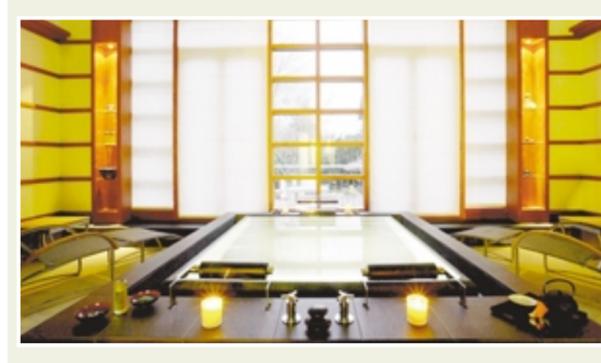
Il serait impensable de venir à Interlaken sans monter à la Jungfrau. Une balade impressionnante rendue possible grâce à la ligne de chemin de fer construite entre 1896 et 1912 par un pionnier du rail et visionnaire, Adolf Guyer-Zeller. Cette ligne à crémaillère conduit les passagers de Petite-Scheidegg, à 2 061 m d'altitude, jusqu'au Jungfraujoch-Top of Europe situé à 3 054 m. La plus haute gare d'Europe ! Mais une fois arrivés en gare, les voyageurs n'ont pas terminé leur ascension. Pour pouvoir vraiment profiter d'une vue à 360° sur le grand glacier d'Aletsch, sur les Alpes valaisannes et bernoises et sur le Jura, il leur faut emprunter l'ascenseur ultrarapide qui mène à la terrasse du Sphinx. En vingt-cinq secondes, ils grimpent de 108 m jusqu'au sommet du rocher. Et se trouvent face à un spectacle époustouflant. Ceux qui n'ont pas éprouvé suffisamment d'émotions peuvent ensuite visiter le Palais de glace à l'intérieur du névé de la Jungfrau. Créusé, il y a plus de soixante ans, par deux guides de Grindelwald et Wengen, il est depuis constamment redessiné. Chaque année, un artiste de la sculpture sur glace recrée aigles, pingouins, ours polaires. Une attraction qui attire plusieurs centaines de milliers de visiteurs par an...

## Forfait Summer Classic

2 nuits avec petit-déjeuner, dîner dans les restaurants de l'hôtel (La Terrasse, la Brasserie Jungfrau ou la Pastateca), accès à la piscine, au Jacuzzi, sauna et au fitness avec cours de remise en forme. A partir de 555 euros par personne en chambre double. Séjour gratuit pour les enfants de moins de 15 ans qui bénéficient de 50 % de réduction sur les repas.

## Forme et beauté

Le Spa du Victoria-Jungfrau est un modèle du genre. Il associe tous les plaisirs de l'eau et de la relaxation : vaste piscine intérieure, bains bouillonnants, sauna et hammam. Pour la remise en forme, des équipements modernes sont à la disposition des hôtes qui peuvent s'entraîner sous le contrôle et avec les conseils d'une équipe de médecins, de coaches et de physiothérapeutes. La vaste offre de traitements ESPA englobe entre autres les soins spécifiques du visage et du corps, les enveloppements et massages du corps entier, les traitements particuliers avec les thérapies Hot Stone (pierres chaudes), et ceux inspirés de l'ayurvéda et l'hydrothérapie.



## CHALET D'ADRIEN A VERBIER

## Le bien-être à l'état pur

Il y a le site d'abord. Vraiment exceptionnel. Accroché à la montagne sur les hauteurs de Verbier, que certains n'hésitent pas à surnommer « le Megève du Valais », l'hôtel, situé à 1 600 m d'altitude, domine la vallée. Sous nos yeux, le spectacle époustouflant de la chaîne des Alpes enneigées, le Grand Combin, le Mont Vélan...

Le Chalet d'Adrien, ouvert depuis deux ans, est un hôtel de prestige, mais avant tout... un chalet. Le bois règne en maître à l'extérieur comme à l'intérieur de cette belle demeure traditionnelle. Décoration originale du domaine suisse des 4 Vallées. L'été c'est le golf situé à 500 mètres qui offre ses 18 trous aux bons joueurs.

Un siècle plus tard, Brigitte de Gastines et son mari, Eric Cachart, ont eux aussi succombé à la beauté des lieux et dédié leur hôtel à cet aïeul voyageur. Boiserie aux murs, tissus coordonnés et mobilier ancien pour une atmosphère de charme et d'authenticité, les chambres sont lumineuses. Partout, des livres, des objets posés çà et là comme dans une maison. Et c'est vrai qu'on se sent chez soi dans cette belle demeure qui vient de se voir décerner 5 étoiles par la SHH (Société helvétique de l'hôtellerie) et désormais membre de la chaîne des Relais & Châteaux. Une vraie reconnaissance quelques mois seulement après son inauguration...

En cuisine, Eric Jan, le chef étoilé du château de Curzay, fait des merveilles. Il a rapidement trouvé ses repères et invente une cuisine qui fait appel aux produits locaux. Le restaurant gastronomique, L'Appartement, est déjà le rendez-vous des propriétaires de chalets de Verbier, de quelques « people » (Christian

Clavier, Barbara Hendricks, David Hallyday...) et même du premier ministre Jean-Pierre Raffarin venu l'été dernier en compagnie de son épouse.

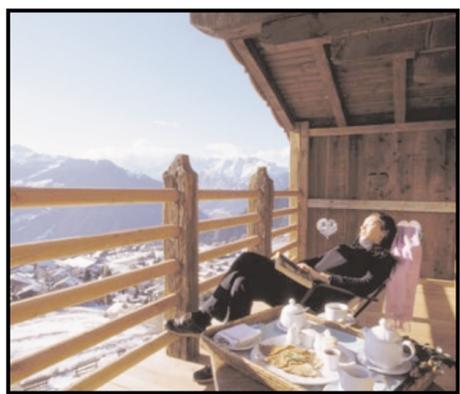
Le Grenier, la table extérieure du Chalet d'Adrien, est parfaitement conçu pour un déjeuner « retour de ski » ou pour satisfaire les appétits des élégantes entre deux séances de shopping. Un plat chaud du jour, une salade ou un club sandwich incite à s'attarder au soleil. Pour le ski, c'est facile. La télécabine de Savoleyres est à 20 mètres, prête à vous emmener à l'assaut des pentes immaculées du domaine suisse des 4 Vallées. L'été c'est le golf situé à 500 mètres qui offre ses 18 trous aux bons joueurs.

A l'heure de l'après-ski, de l'après-golf ou de l'après-randonnée, vous avez rendez-vous pour un moment de détente au centre de remise en forme (sauna, hammam, jacuzzi et massages) et dans la salle de fitness.

Les travaux de la piscine ont débuté. Elle sera terminée en décembre 2004 et s'ouvrira sur un panorama exclusivement constitué de sommets enneigés. La touche finale à ce chalet d'exception.

C-L. P.

Chalet d'Adrien  
1936 Verbier  
Tel.: 00 41 27 771 62 00  
Fax: 00 41 27 771 62 24  
www.chalet-adrien.com



## Séjour Oxygénation et Remise en Forme

Du 10 au 16 juillet et du 1<sup>er</sup> août au 28 septembre, séjour de 2 nuits au Chalet d'Adrien en demi-pension (hors boissons). Remise en forme en altitude avec soins au Spa au prix de 570 FS (365 euros) par personne séjour type Accueil au Chalet, dîners dans notre restaurant d'Alpage « Le Grenier », hébergement en chambre au décor personnalisé, petits-déjeuners-buffet, libre accès au Spa-sauna, hamman, Jacuzzi, un massage ou un soin personnalisé par personne, promenade en montagne et itinéraires recommandés. Option : 3<sup>e</sup> nuitée en chambre et petits-déjeuners au prix de 150 FS par personne

## Musique, golf et peinture l'été

Le Chalet d'Adrien est une merveilleuse destination de ski en hiver. C'est aussi un lieu de passions et de découvertes en été. Du 17 juillet au 4 août le festival de musique classique est devenu le rendez-vous incontournable des mélomanes. Concert tous les soirs et animations musicales dans la station. La Fondation Gianadda à Martigny (à 20 minutes de Verbier) consacre cet été son exposition à la collection Anker (visite privée pour les hôtes du Chalet). Le golf de Verbier, assez technique, offre un panorama exceptionnel et son parcours est jalonné de torrents et de fleurs de montagne.

## DES BROCHURES POUR BIEN CHOISIR SA FORMULE



## Destination Bien-Être

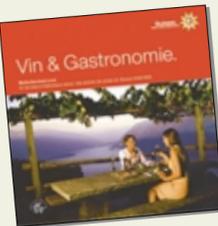
La Suisse offre une large variété de formules pour retrouver la forme. La brochure « Bien-Être » éditée par Suisse Tourisme les recense de manière ludique et pratique. Au fil des pages se dévoilent 57 hôtels à l'esprit zen sélectionnés pour la qualité de leurs prestations ainsi que 50 établissements de cure et neuf espaces thermaux qui invitent à échapper au stress de la vie quotidienne. Un petit Guide du bien-être de format poche est encarté dans cette brochure. On y découvre les arguments

en faveur de l'acupuncture, du bain au foie ou de l'enveloppement d'algues. Les méthodes les plus récentes ou originales sont ainsi expliquées : la Stone thérapie d'origine chamanique avec pose de galets chauds sur les centres énergétiques importants, le watsu et ses massages prodigués dans l'eau, le bikram-yoga, la fangothérapie dans une boue d'origine volcanique ou encore la vinothérapie avec gommage aux pépins de raisin et traitement au marc de raisin... La brochure « Bien-Être » peut être obtenue sur simple demande auprès de Suisse Tourisme.

## L'art de la table

Des paysages multiples, des régions climatiques contrastées, de sommet en vallée, de ville en village, la Suisse raconte ses goûts pour une cuisine variée. La brochure Vin et Gastronomie, réalisée par Suisse Tourisme, montre que la Suisse n'est pas seulement le pays du fromage. Elle produit aussi d'excellents vins qui

accompagnent à merveille les préparations inventives des cuisiniers helvétiques. Ce document de cent pages invite à découvrir les beautés de la Suisse au fil de ses bonnes



adresses. Au programme, Genève une ville entre lac et vignes, Watch Valley (la vallée des montres) : Pays des Trois-Lacs, la région du Léman, le Valais, le Tessin, les Grisons, le Liechtenstein, Schaffhouse le pays du pinot noir sur le Rhin... Aux côtés des meilleurs hôtels et restaurants figurent caves, centres de dégustation et fromageries. Autant d'itinéraires gourmands à effectuer en voiture, mais aussi à pied en suivant les sentiers didactiques dans le vignoble.

## Luxe et design

La route à thème « Luxe & Design » illustre une autre facette des attraits de la Suisse. Elle met en avant l'image prestigieuse de la Suisse : luxueuse, petite et chère à travers un itinéraire qui se caractérise par la noblesse et l'art de vivre. Genève, Lausanne, Montreux-Vevey, Gstaad, Lucerne, Saint-Moritz, Zurich..., la brochure « Luxe & Design » recense les plus beaux hôtels, les boutiques les plus luxueuses, les meilleurs restaurants. On vous invite ainsi à visiter le Musée Patek Philip, la manufacture Jaeger-LeCoultre, mais aussi le musée du Design et des Arts appliqués contemporains de Lausanne, la verrerie de Hergiswil.



## L'été tonique

Un été tonique : c'est ce que vous souhaitez les régions du Léman, de Genève, du Valais et du pays de Fribourg. Et pour vous aider à les découvrir, Suisse Tourisme vous propose sa brochure « L'été tonique », randonnée, découverte des villes, circuits panoramiques en train sont quelques-uns des thèmes proposés. Dépaysement garanti !

Brochures disponibles sur demande au  
00 800 100 200 30  
(appel gratuit)  
et sur Internet :  
www.suisse.com

## Sur la route de la gastronomie helvète

» SUITE DE LA PAGE 1

L'influence italienne règne en maître dans le Tessin, cette pointe méridionale de la Suisse. Ce n'est pas pour autant le prolongement de la Lombardie !

La vigueur d'un merlot del ticino a troublé plus d'un amateur de grand bordeaux, et le merlot bianco fait figure de spécialité rare lorsqu'il s'accompagne d'un lapin aux olives noires.

Dans les Grisons, c'est le feñhn qui réchauffe la vigne. C'est ce vent chaud qui donne au riesling sa saveur incomparable et les spécialités paysannes sont l'un des fondements de la cuisine régionale.

Des portes du Liechtenstein à Schaffhouse, le pinot noir règne en maître. Le Rhin et ses célèbres chutes constituent un formidable vivier. Parmi les spécialités se trouve notamment le « rheinäsche », cuit au four et nappé de beurre, mais les gastronomes vantent sans fin la tourte aux oignons parfumée.

Des auberges typiques aux plus grands étoilés du Guide Michelin les Suisses ont conservé un attachement prononcé au terroir de chaque région. C'est probablement ce qui confère aux plats et aux vins ce supplément d'authenticité parfois oublié ailleurs.

M. J.



Du nord au sud des Alpes, la quête des délices engendre la découverte de climats contrastés, de paysages diversifiés, de cimes, de lacs et de vallées.