

Article du 27/06/2013 paru dans Média12 : Le journal de ceux qui font l'Aveyron

Forme et détente : les surprises du Carladez

Perdu dans le Carladez, à 800 mètres d'altitude, le centre de remise en forme Natura Bien-Etre de Brommat réunit des équipements et des compétences qui en font un complexe unique en son genre en Aveyron et alentour.



Qui s'attendrait à trouver une telle structure surgie en bordure d'une forêt de hêtres ? Le centre Natura Bien-Etre est, avec les étonnants Sentiers de l'Imaginaire, l'une des originalités dont le Carladez a le secret. En un même lieu sont réunis tous les équipements dédiés à la remise en forme et au bien-être : balnéothérapie (bassin de 15m pour la nage avec deux jacuzzis, banquette bouillonnante, nage à contre courant, hydrojets massants, hamam, sauna), deux courts de squash, salle de musculation, salle de gymnastique, salle de massage, solarium, parcours santé, parcours d'escalarbre... « Nous avons tous les équipements dernier cri », précise Daniel Froment, directeur du centre et ancien instructeur de sport à l'Ecole de gendarmerie de Fontainebleau.

Avec son équipe, l'énergique Daniel Froment a conçu tout un catalogue d'activités réparties en deux grandes familles : les toniques et les douces. Dans la catégorie activités toniques, Natura Bien-Etre propose la musculation, le fitness, l'aqua-gym ou le squash pour suer et se dépenser. Plus doux sont les cours de yoga, taï chi, sophrologie, qi gong et autres séances de massage et soins esthétiques pour se détendre et lâcher prise. Des cours de gestion du stress sont également proposés. « Notre centre permet de pratiquer toutes ces activités en toute saison », ajoute encore Daniel Froment.

Le centre Natura Bien-Etre accueille aussi bien les individuels que les familles et les groupes. Pour les hébergements, le centre de remise en forme profite de la présence voisine du centre Azuréva qui peut accueillir jusqu'à trois cents personnes. En savoir plus : www.naturabienetreencarladez.fr