

Le centre Natura surfe sur la soif de bien-être

■ Pour sa première saison touristique estivale, le centre Natura Bien-être a attiré plus de 5 000 personnes en juillet et août, venues profiter des nouvelles installations de l'unique centre de remise en forme en Aveyron et des compétences d'encadrants et intervenants professionnels. « Il s'agit d'un pôle d'excellence pédagogique où tout le monde y trouve son compte. On brasse large », rappelle Daniel Froment, directeur du centre, s'appuyant sur le bilan de fréquentation avec une moyenne de 8,5 personnes par jour. Anciens, jeunes, groupes, personne n'est oublié avec un large éventail d'activités (lire ci-dessous). « Nous voulons maintenant agrémente l'intersaison en développant la gestion du stress avec le cadre mirifique du centre. On peut proposer par exemple des stages à la fois théoriques et pratiques, d'un week-end ou d'une semaine, à des comités d'entreprise pour remettre à flot les salariés », annonce-t-il.

Un centre à deux niveaux au sens propre, avec un espace balnéo d'une capacité de 100 personnes (piscines, hammam, jacuzzi) et d'une capacité aussi de 100 places à l'étage (massages,



Avec plus de 5 000 entrées pour son premier été, le centre de remise en forme s'est jeté dans le grand bain avec succès.

musculature, etc.) ; et au sens figuré en invitant les personnes à se changer les idées, se relaxer, et aux salariés à décompresser. Être zen en somme, et cela est bien dans l'air du temps à une époque où tout va vite. Pour cela, ouvert jusqu'à la fin octobre, le centre Natura « est une aubaine pour les gens qui veulent se relaxer », conclut Daniel Froment. Ce dernier espère l'an prochain organiser des conférences gratuites pour sensi-

biliser et expliquer les différentes formes et moyens d'expression qui guérissent du stress, l'autre mal du siècle. Avec comme voisin le gymnase, la grange, le village vacances Azuréva, le centre de Bien-être, accolé à une forêt de hêtres, affiche à lui seul cette quête de plénitude.

OLIVIER COURTEL

Renseignements
au 05 65 66 22 11

www.naturabienetreencardez.fr

Un havre de paix pour faire le plein d'activités

■ Le centre Natura est un véritable havre de paix pour tout âge, se déclinant sous de multiples activités. Natura O dispose d'un bassin de 15 mètres de long pour la nage, deux jacuzzis, banquette bouillonnante, deux systèmes de nage à contre-courant, hydrojets massant, douches à pression, sauna, hammam, un espace pour proposer des activités aux bébés nageurs (6 mois à 4 ans), jardin aquatique (4 à 6 ans), cours de natation pour tous niveaux, aquados, rand'eau musicale, aquaphobie en petit groupe, aquagym tonique et aquazen.

Natura Beauté, où officie Christel, bénéficie d'un espace avec cabines pour séances individuelles, pour prodiguer des soins du visage et du corps, modelage, pierres chaudes, relaxation. Natura Equilibre propose des formules gestion

Natura Énergie dispose d'une salle de cours parquetée avec un prolongement en terrasse (baies vitrées avec vue sur la nature) pour proposer des activités et stages à thème sur le yoga, qi gong, shiatsu, taichi chuan.

Enfin, Natura Tonique dispose d'une salle de musculature avec appareils cardio-training de dernière génération, de deux cours de squash, un parcours de santé, un parcours d'escalabre pour pratiquer le squash, la musculation, le fitness, et l'escalabre.

Le centre de remise en forme Natura Bien-être, de 800 m², est ouvert tous les jours jusqu'au 30 octobre : lundi de 10 heures à 12 heures et de 15 heures à 20 heures ; mardi de 14 h 30 à 20 heures ; mercredi de 10 heures à 12 heures