



LES SOURCES DE CAUDALIE
BORDEAUX

Communiqué de presse
Janvier 2020

Yoguez sur l'eau aux Sources de Caudalie



Dès le mois de mars 2020, Les Sources de Caudalie s'associent à la maison de yoga bordelaise Satnam Club afin de proposer une activité inédite au cœur des vignes, le yoga sur l'eau, pour une journée de bien-être absolu.

Savant mélange de stand up paddle et de yoga, dont on ne présente plus les bienfaits, le paddle yoga naît sur les côtes d'Hawaï en 2004, puis se popularise en France plus tardivement. Le yoga, activité tout particulièrement appréciée aux Sources de Caudalie, s'inscrit parfaitement dans la philosophie de bien-être et recherche de vivre mieux chères à l'établissement. Après de nombreuses retraites yogiques organisées au cœur des vignes, où règnent toujours partage bienveillant et sérénité, cette nouvelle activité à la fois ludique et profondément bénéfique prend place dans le spectaculaire bassin couvert des Sources de Caudalie.

S'associer au Satnam Club, véritable lieu de vie yogique pensé par Séverine Hermary, c'est profiter de toute l'expertise de ses enseignants et de leur extraordinaire énergie positive. Pendant 1h30, sur votre tapis flottant individuel, vous serez guidés selon votre rythme et votre niveau pour réaliser des enchaînements de postures qui ne manqueront pas de vous relaxer.

Si les pouvoirs apaisants du pool yoga sont si puissants, c'est d'abord grâce au fait de flotter sur l'eau : l'écosystème de sons et de sensations lié à l'eau apporte toute la sérénité recherchée, tandis que la combinaison yoga et recherche d'équilibre sur la planche sollicite les muscles en profondeur et favorise ainsi le renforcement musculaire. Au fond du bassin, l'œuvre immergée de Mathilde de l'Ecotais, représentant



LES SOURCES DE CAUDALIE *****
Chemin de Smith Haut Lafitte
33 650 Bordeaux-Martillac

Tél : +33 (0)5 57 83 83 83
sources@sources-caudalie.com
www.sources-caudalie.com



LES SOURCES DE CAUDALIE
BORDEAUX

une feuille de vigne, fait écho au lien fort des Sources de Caudalie avec la nature et en fait l'environnement parfait pour renouer avec soi-même et ses sens. A l'issue d'une séance, dans cette magnifique serre laissant se refléter au fond de l'eau les rayons du soleil, on se sent envahi d'une grande plénitude, régénéré et tonifié.

Cette nouvelle activité est ouverte à tous et n'exige aucun niveau préalable en yoga : même si vous tombez à l'eau, c'est la promesse de moments légers et amusants ! Notre bassin couvert est le vôtre le temps d'une séance d'une à deux personnes avec un professeur expert. Pour parfaire l'expérience, un déjeuner végétal dans le bar à vin et épicerie fine ROUGE est inclus dans l'offre. Spécialement concocté par le Chef Nicolas Masse, ce déjeuner léger réveillera le palais avec des saveurs délicates, pour se sentir plus proche de la nature et retrouver des plaisirs gustatifs simples.

Plus d'informations :

Forfait 1h30 de pool yoga, accès au bassin intérieur et déjeuner végétal à ROUGE, 175 euros
Disponible sur réservation

Contact presse :

Emmanuelle Gillardo – 14 Septembre
emmanuellegillardo@14septembre.fr
+33 (0)6 72 91 87 71

A propos :

Les Sources de Caudalie :

Les Sources de Caudalie, hôtel 5 étoiles sur les terres du Château Smith Haut Lafitte, promettent un dépaysement complet au cœur des vignes bordelaises. Avec 40 chambres et 21 Suites personnalisées, un restaurant doublement étoilé *La Grand Vigne*, une auberge *La Table du Lavoir* et une épicerie gourmande et bar à vin *Rouge*, l'hôtel tout entier est dédié à « l'art de vigne ». Un spa vinothérapie vient compléter cette expérience en proposant des soins uniques exploitant les vertus hydratantes, anti-âge et anti-oxydantes du raisin. Enfin, l'établissement offre de nombreuses activités aussi bien sur place (piscine intérieure et extérieure, ferme et potager, cours de cuisine, dégustations de vins, activités sportives et cours avec un coach particulier...) que dans la merveilleuse région bordelaise (visites de châteaux, excursions à Bordeaux, dans le bassin d'Arcachon, à Saint-Emilion...)



LES SOURCES DE CAUDALIE *****
Chemin de Smith Haut Lafitte
33 650 Bordeaux-Martillac

Tél : +33 (0)5 57 83 83 83
sources@sources-caudalie.com
www.sources-caudalie.com