

# SPAS

## Winter Pleasures Plaisirs d'hiver

BY/PAR FRÉDÉRIQUE SAUVÉE

**There's no such thing as offseason when it comes to feeling good! Selected from among the best in the country, here are our picks for some original and hot spas to visit this winter.**

**/// Pas de saison morte pour le bien-être! Voici un coup d'œil sur 10 spas chauds et originaux, parmi les meilleurs du pays.**

## BRITISH COLUMBIA / COLOMBIE-BRITANNIQUE

### RESTORATIVE

There are many treasures on Vancouver Island, and the Grotto Spa is definitely one of them. Worth its weight in gold, this peaceful and relaxing spa is at the centre of a luxurious tourist complex in the Parksville Bay area. Walk past a wall of water cascading from the ceiling and enter a stunningly recreated grotto with a 232 m<sup>2</sup> pool of pure mineral water fed by waterfalls. One has the impression of being in an underground oasis. The decor is tasteful, the atmosphere and staff refined, and in their care you will get that needed rest.

Vancouver Island: *The Grotto Spa*, [www.grottospa.com](http://www.grottospa.com)

### SPA WITH A VIEW

Located north of Whistler, surrounded by cedars and pines, is the enchanting Scandinave Spa, with sublime views over snow-capped mountain. The purity of the place is almost as effective as the hot Scandinavian baths found here. On outdoor terraces can be found a Finnish sauna, bubbling baths, and cascading waterfalls—steps in a journey that can be completed... in a bathrobe. And after a long day of skiing, nothing beats a massage with hot stones...

Whistler: *Scandinave Spa*, [www.scandinave.com](http://www.scandinave.com)

### ASIAN DREAMS

The embodiment of Asian refinement, a visit to the Chi Spa (in Chinese, chi means universal life force) is to be immersed in a world of greater well-being. Lavishly appointed in teak and decorated with Buddhist statues, the spa evokes serenity and calm. One of the six Asian rooms becomes your own for the duration of a massage, either alone or as a couple. Inspired by Japanese temples, the rooms have been conceived to provide the very best in comfort. Tibetan gongs ring in the air, the stress vanishes under the staff's care, and you leave in harmony with your body and soul.

Vancouver: *Shangri-La Hotel CHI Spa*, [www.shangri-la.com](http://www.shangri-la.com)



© The Grotto Spa

THE GROTTO SPA ON VANCOUVER ISLAND / LE GROTTO SPA SUR L'ÎLE DE VANCOUVER

### /// RESSOURÇANT!

Il y a beaucoup de trésors sur l'île de Vancouver, et le Grotto Spa vaut son pesant d'or. Aux confins de la baie de Parksville, c'est une institution paisible et reposante au centre d'une résidence touristique de luxe. Passé l'immense mur d'eau qui coule du plafond, un bassin de 232 m<sup>2</sup> d'eau minérale apparaît dans une grotte reconstituée. Avec leurs deux cascades, les bains intérieurs donnent réellement l'impression d'être au cœur d'une oasis souterraine. Mais loin du décor surfait, l'atmosphère et le personnel sont très raffinés, et les soins procurent la décontraction escomptée.

Île de Vancouver : *The Grotto Spa* / [www.grottospa.com](http://www.grottospa.com)

### SPA AVEC VUE!

Situé au nord du village de Whistler, au milieu des cèdres et des sapins, le spa Scandinave est un site enchanteur. Avec les sublimes montagnes enneigées en panorama, la pureté des lieux est presque aussi efficace pour accéder au bien-être que les bains chauds scandinaves. Sur les différentes terrasses extérieures, sauna finlandais, bains bouillants et cascades d'eau fraîche sont les étapes du parcours à réaliser en peignoir de bain. Pour terminer, rien de mieux qu'un bon massage aux pierres chaudes après une longue journée de ski...

Whistler : *Scandinave Spa* / [www.scandinave.com](http://www.scandinave.com)

### ORIENTAL

À l'image du raffinement asiatique, le Chi Spa (Chi signifiant la « force du corps » en chinois) immerge dans un monde supérieur de bien-être. L'omniprésence du bois de teck et des statues bouddhistes évoque le calme et la sérénité. L'un des six salons orientaux devient le vôtre pendant la durée d'un massage, seul ou en couple. Toutes les pièces sont inspirées des temples japonais et pourvues d'un confort poussé à l'extrême. Au son du gong tibétain, les soins offerts dissipent toutes les tensions accumulées et l'on en ressort en parfaite harmonie avec son corps et son âme.

Vancouver : *Shangri-La Hotel CHI Spa* / [www.shangri-la.com](http://www.shangri-la.com)



# ALBERTA

## PURE LUXURY

Impossible to visit Banff and not visit the Willow Stream Spa, found in the majestic Fairmont Banff Springs Hotel. Take time out to relax for a few hours in one of the 23 treatment rooms; succumb to a soothing massage before going through to the outdoor Jacuzzi hidden under fresh snow. Refined and luxuriously decorated, the spa boasts a collection of mineral pools at different temperatures, three waterfalls, and a sauna. Treat yourself to some spa time next time you're skiing the Rockies.

Banff : Willow Stream Spa / [www.fairmont.com](http://www.fairmont.com)

## /// LUXUEUX

Impossible de passer à Banff sans visiter le majestueux hôtel de luxe Fairmont et son spa intérieur. Réservez-y quelques heures de détente dans l'une des 23 salles de soin pour un massage apaisant puis passez par le jacuzzi extérieur, caché sous la neige immaculée. Raffiné et luxueusement décoré, le Willow Stream Spa possède aussi une collection de piscines minérales à plusieurs températures, trois cascades et un sauna. Une gâterie à s'offrir sur la route de vos vacances.

Banff : Willow Stream Spa / [www.fairmont.com](http://www.fairmont.com)



© O'Neil

MASSAGE AT WHISTLER LUXURIOUS SCANDINAVE / MASSAGE DANS LE SOMPTUEUX DÉCOR DU SCANDINAVE WHISTLER

## THE PERFECT SETTING FOR YOUR BUSINESS MEETING OR SPECIAL EVENT! L'ENDROIT IDÉAL POUR VOTRE RÉUNION D'AFFAIRES OU ÉVÉNEMENT SPÉCIAL!



BOOK NOW!  
RÉSERVEZ  
MAINTENANT!  
[LENORDIK.COM](http://LENORDIK.COM)



16, CHEMIN NORDIK  
OLD CHELSEA (QC)

T 819 827.1111  
1 866 575.3700

ONLY 10 MINUTES FROM DOWNTOWN OTTAWA  
À SEULEMENT 10 MINUTES DE GATINEAU-OTTAWA



## BETTER LIVING MIEUX VIVRE



BOTA BOTA, MONTRÉAL

## MANITOBA

### THE HAMMAM EXPERIENCE

On the tenth floor of the historic Fort Garry Hotel in downtown Winnipeg is the Ten Spa, a journey to a world far away, somewhere in the Middle East. Visit the spa for a chance to experience the *hammam*, the ancient mosaics and starry ceiling worthy of a tale in the *Thousand and One Nights*. Take a shower to cool down; be refreshed with the delicate scent of mint and eucalyptus. Journey to the east, to the time of ritual baths.

Winnipeg: *Ten Spa*, [www.tenspa.ca](http://www.tenspa.ca)

### /// POUR LE HAMMAM

Situé au dixième étage de l'hôtel historique Fort Garry, dans le centre-ville de Winnipeg, le Ten Spa transporte dans un monde lointain, quelque part aux confins du Moyen-Orient. Le hammam vaut vraiment le déplacement avec ses mosaïques anciennes et son plafond étoilé digne des plus beaux contes des *Mille et Une Nuits*. Pour se rafraîchir, chacune des douches nous embaume d'une savoureuse odeur de menthe et d'eucalyptus. Un voyage oriental au temps du rituel des bains. .

Winnipeg : *Ten Spa* / [www.tenspa.ca](http://www.tenspa.ca)

## QUÉBEC

### AU NATUREL

Take a pause from the daily grind to be inspired by the natural beauty of the Nordik. In the middle of the forest, between the rock cliffs and wooden chalets, it's easy to forget and escape for a few hours to the sound of lapping water. The harsh cold does nothing to dampen your enthusiasm for diving into the whirlpool or disappearing under the Nordic waterfall for a shoulder massage. The scent of a wood fire, indoor relaxation areas, and outdoor fireplaces will calm the most anxious body.

Gatineau: *Le Nordik*, [www.lenordik.com](http://www.lenordik.com)

### /// LE NATUREL

Sortez du quotidien pour une pause inspirée par la nature au Nordik. Au milieu de la forêt, entre falaise de roche et chalets de bois, il est facile de s'évader quelques heures au son du clapotis de l'eau. Et la rigueur du froid ne dissipera en rien l'enthousiasme de vous plonger dans les bains-tourbillon ou de disparaître sous la chute nordique qui vous masse les épaules. Aux senteurs de feu de bois, des aires de détente intérieures et des foyers extérieurs finiront de vous relaxer.

Gatineau : *Le Nordik* / [www.lenordik.com](http://www.lenordik.com)





© Mathieu Labelle

### INNOVATION

The concept for Bota Bota is truly original. Refitted last December, this barge was turned into a relaxation and fitness centre with ultramodern, river-themed decor and stunning 360-degree views of Montréal. Whether on deck taking in the sun, or relaxing in the *hammam*, you'll have majestic views of the city's skyscrapers wherever you look. We go from bridge to bridge on the five floors of the ship, with the hold redesigned as a series of terraced dressing rooms at the level of the St. Lawrence River. Weigh anchor for this cruise... and forget about luggage.

Montréal: Bota Bota, [www.botabota.ca](http://www.botabota.ca)

### /// TOUT NOUVEAU!

Le concept du Bota Bota est inédit. Depuis décembre, cette péniche transformée en centre de relaxation donne une vue à 360 degrés sur Montréal dans un décor fluvial ultramoderne. Que l'on prenne le soleil sur le pont ou que l'on se relaxe au hammam, c'est sur fond de gratte-ciel que l'on découvre les plaisirs de la détente. On passe de pont en pont sur les cinq étages du navire, des cales reconstituées en vestiaires aux terrasses situées au niveau de l'eau du Saint-Laurent! Levez l'ancre pour cette croisière sans bagages.

Montréal : Bota Bota / [www.botabota.ca](http://www.botabota.ca)

### FROSTED!

Thirty minutes' drive from downtown Québec is the Tyst Trädgård, a Scandinavian-inspired spa that offers one of the most invigorating hot-cold experiences. The spa specializes in hydrotherapy treatments, sessions that alternate between the outdoor baths, and saunas along secluded paths for privacy. In winter, the "relaxation garden" is covered in snow, and under a freezing cascade of water, chilled senses are awoken. Exotic massages add to the originality of the spa: massages with bamboo, hot shells, Island rituals, all in a beautiful, scenic pavilion.

Sainte-Catherine de la Jacques-Cartier:  
Tyst Trädgård, [www.tysttradgard.com](http://www.tysttradgard.com)

### /// GIVRÉ!

Situé à 30 minutes du centre-ville de Québec, ce spa d'inspiration scandinave invite à une expérience chaud-froid des plus tonifiantes. L'hydrothérapie est la spécialité du Tyst Trädgård avec un parcours alternant entre les bains extérieurs et le sauna. Le tout en parfaite intimité. L'hiver, ce « jardin de détente » se pare de ses habits de neige, et c'est sous une cascade gelée que l'on réveille ses sens endormis. Des massages les plus exotiques participent à l'originalité du spa : massage aux bambous, aux coquillages chauds, rituel des îles, le tout dans des pavillons à thème des plus dépayés.

Sainte-Catherine de la Jacques-Cartier :  
Tyst Trädgård / [www.tysttradgard.com](http://www.tysttradgard.com)

## ONTARIO

### CITY DEEP

With 34 rooms, the Elmwood Spa is an oasis of peace in the middle of bustling Toronto. A top destination for care and well-being, its sleek style brings serenity and relaxation to the body after the chaos of the streets. Spread over four floors, facilities include a large heated pool, recreation rooms, a juice bar, and restaurant. Not to be missed is the Li'tya Healing body-care massage, a traditional treatment from aboriginal Australia.

Toronto: Elmwood Spa, [www.elmwoodspa.com](http://www.elmwoodspa.com)

### TRULY RUSTIC

Certainly the most rural of getaways! Deep in the Ontario countryside, located between Kingston and Toronto, is the Ste. Anne's Hotel spa. The grounds are huge and worth visiting for a few hours to recharge those flagging batteries. Open all year, the hydrotherapy treatments are an invitation to soak in the hot, bubbling Jacuzzi then be lulled by the gentle waves of the indoor pool. Epicureans will end their day at the Manor restaurant to peruse the gourmet menus.

Cobourg: Ste. Anne's Spa, [www.steannes.com](http://www.steannes.com)

### /// TRÈS URBAIN

C'est une oasis en plein centre-ville de Toronto. Avec ses 34 salles de traitement, l'Elmwood Spa est la Mecque citadine du soin et du bien-être corporel. Son style épuré apporte sérénité et repos après le chaos de la ville. Réparties sur quatre étages, les installations comprennent une grande piscine chauffée, des salles de détente, un bar à jus et une salle de restaurant. Il ne faudrait surtout pas passer à côté des soins du corps Li'tya Healing, un massage issu de la médecine ancestrale des aborigènes d'Australie.

Toronto : Elmwood Spa / [www.elmwoodspa.com](http://www.elmwoodspa.com)

### VRAIMENT CHAMPÊTRE!

Certainement le spa qui propose l'escapade la plus rurale. Le spa de l'hôtel Ste. Anne se situe au cœur de la campagne ontarienne, entre la Ville reine et Kingston. Son domaine est immense et permet d'arrêter le temps quelques heures pour se ressourcer. Un circuit de thérapie par l'eau, accessible toute l'année, invite à se tremper dans le jacuzzi bouillant puis à se laisser bercer par les vagues de la piscine intérieure. Les épicuriens termineront leur journée au restaurant du manoir qui propose des menus gourmands.

Cobourg : Ste. Anne's Spa / [www.steannes.com](http://www.steannes.com)



SPA LE NORDIK