

Saamia Razvi
Hilton
T: 02.07.85.64.000
Email: saamia.razvi@hilton.com

Lorraine de Boisanger Paris
T: 01.42.61.09.09
Email : agence@ldeboisanger.com

LE YOGA C'EST POUR MOI !

STAGES DE YOGA AU TRIANON PALACE VERSAILLES

Versailles, Septembre 2017

Au Trianon Palace Versailles, la rentrée rime avec relaxation ! Dès septembre, le prestigieux établissement versaillais lance LE YOGA C'EST POUR MOI ! , des stages pour s'initier à cette discipline relaxante dans le cadre bucolique et majestueux de ses jardins.



« *Le yoga est la façon la plus naturelle de retrouver une santé holistique dont les Français - et surtout les Parisiens - ont tant besoin. Son Excellence Dr. Mohan Kumar, ambassadeur de l'Inde en France, est intarissable sur la question : Paris est la meilleure capitale au monde pour le yoga.* » Alors quoi de plus agréable que de poser son tapis pour une séance de détente dans un jardin baigné de lumière, à quelques pas du Château de Versailles.

En septembre, octobre et novembre, Angélique Dallioux, ambassadrice Lolè et fondatrice du concept Spitant et Zen (<http://spitantetzen.com/>) accueillera versaillais, parisiens et clients de l'hôtel pour des cours de yoga.

LE YOGA C'EST POUR MOI, qu'est ce que c'est ?

Entre leurs chants, leurs gestes, leurs torsions, leurs postures... Ces sessions s'adressent à tous ceux qui souhaitent essayer et comprendre le côté lumineux du yoga. Bouger, respirer, vivre l'instant présent, voici un atelier pour enfin comprendre le fonctionnement et les bienfaits de cette discipline originaire d'Inde, et pratiquée depuis des siècles. Enchaînement de mouvements doux, prise de conscience de sa respiration et maîtrise de l'énergie du corps, le tout au vert dans la nature en débutant par une belle salutation au soleil.

Dates :

- o 23 septembre : Le yoga c'est quoi ? Qui suis-je ?
- o 24 septembre : Le yoga c'est quoi ? A la recherche de mon âme.
- o 14 et 15 octobre : Salutations au soleil
- o 18 et 19 novembre : Mon corps au fil des saisons

Séances de 16h à 18h le samedi et de 14h30 à 16h30 le dimanche à l'exception du 24 septembre (stage de 3h : 14h30 – 17h30)

50€ la séance de 2h / 60€ la séance de 3h du 24 septembre

Réservations auprès de la réception du spa au 01 30 84 51 40 ou à spa.trianon@waldorfastoria.com

Cette nouvelle initiative s'inscrit dans une démarche détox globale du Trianon Palace Versailles. Les participants pourront optimiser les bienfaits de leur séance de yoga en prolongeant leur expérience au Spa Guerlain.

Journée Détente au Trianon Palace Versailles

Stage LE YOGA C'EST POUR MOI – 2h de cours

Accès piscine, hammam, sauna, salle de fitness, espace de relaxation
Healthy Lunch au Spa Guerlain

140€ / personne

*Réservations auprès de la réception du spa au 01 30 84 51 40 ou
à spa.trianon@waldorfastoria.com*

Ils pourront également découvrir le **menu « Détente & Saveurs »** réalisé par le chef exécutif Frédéric Larquemin et servi au Spa Guerlain. Une pause gourmande et saine pour prolonger la détente, et ressourcer le corps et l'esprit.



Menu DÉTENTE & SAVEURS

*Salade de petit épeautre, olives, feta, tomates
cerises
ou*

Rouleau de courgette, sauce vierge

*Dos de cabillaud, betterave choggia,
condiment basilic
ou*

Suprême de volaille & légumes de saison

Assortiment de fruits rouges & petit macaron

Jus détox du moment



Dès leur arrivée, nos hôtes sont saisis par l'emplacement extraordinaire de l'hôtel et accueillis par le véritable service Waldorf, le True Waldorf Service. Les concierges personnels du Trianon Palace Versailles garantissent un service unique et sur mesure de la réservation au départ du client.

Le Trianon Palace Versailles, A Waldorf Astoria Hotel, participe au programme de fidélité Hilton Honors, l'unique programme grâce auquel, les clients ayant réservé sur www.waldorfastoria.com bénéficient d'avantages incluant les services d'un Concierge Personnel et l'accès Wi-Fi gratuit dans les 26 établissements Waldorf Astoria dans le monde.

Découvrez Waldorf Astoria sur www.waldorfastoria.com, sur les réseaux sociaux @WaldorfAstoria (Twitter, Instagram, Facebook), et apprenez en plus sur les autres hôtels du portfolio sur news.waldorfastoria.com.

###

A propos du Trianon Palace Versailles

Le Trianon Palace Versailles, A Waldorf Astoria Hotel, situé le long des magnifiques jardins du Château de Versailles, a ouvert ses portes en 1910. Très vite, il est devenu un lieu de villégiature très prisé de la haute société. Il a séduit des personnalités de tous les horizons, comme Marcel Proust, Sarah Bernhardt et René Lacoste. Il a même été choisi par le Duc et la Duchesse de Windsor pour leur lune de miel.

Avant de rejoindre Waldorf Astoria Hotels & Resorts, le Trianon Palace Versailles a fait l'objet d'un programme de rénovation dont le budget s'élève à plusieurs millions d'euros, sous la houlette de l'architecte d'intérieur britannique, Fiona Thompson. Celle-ci a insufflé une esthétique contemporaine à toutes les parties communes, ainsi qu'aux chambres de l'hôtel.

Les 199 Chambres et Suites sont un véritable havre de paix qui associent élégance et sophistication. Décorées avec soin, elles représentent l'essence même du luxe à la française.

Les créations gustatives du restaurant étoilé au Guide Michelin « Gordon Ramsay au Trianon » et la cuisine raffinée du restaurant « La Véranda by Gordon Ramsay » invitent à un voyage culinaire riche en émotions. Aux beaux jours, les terrasses offrent une vue imprenable sur la Plaine de la Reine. Le « Bar Galerie » et sa terrasse sont des espaces de convivialité pour prendre un verre ou partager un repas léger.

Le somptueux Spa Guerlain et son atmosphère délicatement parfumée vous invite à la sérénité et au bien-être. Dans un lieu aussi exceptionnel, le raffinement selon Guerlain prend tout son sens avec un espace de 2 800 m² réparti sur trois niveaux, 14 cabines de soin élégantes et spacieuses, piscine chauffée de 200 m², hammam, sauna et salles de fitness équipées d'appareils de cardio-training et de musculation.

Quant aux jardins, ils ont été mis au goût du jour par le célèbre Paysagiste français Louis Benech.

Waldorf Astoria Hotels & Resorts

La marque Waldorf Astoria Hotels & Resorts est présente dans 26 destinations emblématiques, toutes se distinguant par le cachet exceptionnel de leur environnement dans certains des lieux les plus convoités du monde entier. De leur cadre exclusif au service incomparable, les hôtels de la marque Waldorf Astoria vous offrent la possibilité de vivre des moments inoubliables grâce au True Waldorf Service. Le Concierge Personnel garantit un service unique et sur mesure de la réservation au départ du client. Waldorf Astoria fait partie de Hilton, groupe hôtelier mondialement reconnu. Découvrez Waldorf Astoria sur www.waldorfastoria.com ou sur l'application [Hilton Honors mobile app](#). Suivez les actualités de la marque sur les réseaux sociaux @WaldorfAstoria ([Twitter](#), [Instagram](#), [Facebook](#)), et apprenez en plus sur les autres hôtels du portfolio sur news.waldorfastoria.com.



A propos d'Hilton

Hilton (NYSE :HLT) est l'un des plus importants groupes hôteliers au monde, couvrant des besoins variés d'hébergement, depuis ses hôtels de luxe offrant une vaste palette de services jusqu'à ses hôtels moyenne-gamme. Depuis 97 ans, Hilton reste fidèle à sa tradition qui est d'offrir à tous ses clients des expériences exceptionnelles. Le Groupe compte 14 marques internationales comprenant plus de 5000 hôtels managés, franchisés, mais aussi des établissements dont il est propriétaire et des résidences en timeshare. Hilton opère dans 103 pays avec plus de 825 000 chambres sous les marques Hilton Hotels & Resorts, Waldorf Astoria Hotels & Resorts, Conrad Hotels & Resorts, Canopy by Hilton, Curio Collection by Hilton™, DoubleTree by Hilton, Tapestry Collection by Hilton™, Embassy Suites by Hilton, Hilton Garden Inn, Hampton by Hilton, Tru by Hilton, Homewood Suites by Hilton, Home2 Suites by Hilton et Hilton Grand Vacations. Le Groupe propose également le très renommé programme de fidélisation Hilton Honors. Les membres du programme Hilton Honors qui réservent directement via le réseau Hilton ont accès à des avantages incluant une réduction réservée aux membres du programme, le WiFi gratuit ainsi qu'à des services disponibles en exclusivité sur l'application Hilton Honors, la plus performante sur le marché et via laquelle les membres peuvent s'enregistrer, choisir leur chambre et accéder à celle-ci à l'aide d'une clé digitale. Plus d'informations sur newsroom.hilton.com et sur les réseaux sociaux Facebook, Twitter, LinkedIn, Instagram and YouTube.