



Bien-être 2.0 : réjuvenez-vous à West Hollywood

La ville que l'on appelle le cœur vibrant de Los Angeles abrite des centres de bien-être à la pointe de la technologie. Des soins traditionnels aux thérapies new-age, West Hollywood regorge d'établissements qui combinent détente et coup d'éclat. Découvrez les nouveaux concepts de bien-être qui associent thérapies séculaires aux dernières avancées scientifiques, dans la ville la plus avant-gardiste et branchée de Californie du Sud.



Barbara Sturm, le médecin dont LA ne peut plus se passer

Si les dernières années nous ont bien appris une chose, c'est que prendre soin de soi n'est plus une option. Médecin esthétique de formation, le **Dr. Barbara Sturm** est devenue la papesse du soin régénérant avec son approche scientifique du soin anti-âge. Elle est d'ailleurs considérée comme l'inventrice du "**vampire facial**", un soin du visage rendu célèbre par Kim Kardashian, qui consiste à utiliser les plaquettes sanguines du patient pour stimuler la croissance de nouvelles cellules et de collagène. Cette technique vise à améliorer le teint et la texture de la peau. Situé au cœur du quartier du **Design District** de West Hollywood, entre showrooms de mobilier design et galeries d'art, le spa et la boutique du Dr Sturm est la plus grande boutique de la marque implantée dans le monde. D'autres célébrités comme

Zoë Kravitz, Bella Hadid ou encore Hailey Bieber ne jurent que par les traitements et les produits du Dr Barbara Sturm pour sublimer leur glow.

L'émergence de nouvelles expériences multi-sensorielles

Pause Studio propose une multitude de soins de bien-être, des traitements sauna aux bains glacés pour améliorer la circulation lymphatique, ou encore la cryothérapie, qui promet de brûler jusqu'à 800 calories et de détruire les graisses et la cellulite en seulement trois minutes.

Une des thérapies les plus à la mode en ce moment ? **La flottaison**. Imaginez-vous dans un bain d'eau chargée en sels d'Epsom ou sulfate de magnésium, vous permettant ainsi de flotter sans le moindre effort. Cette thérapie sensorielle vise à la **méditation** et à ouvrir de nouveaux plans de conscience. Tel un sportif de haut niveau, vous pouvez également vous essayer aux bains glacés pour améliorer votre circulation lymphatique, ou encore la cryothérapie, qui promet de brûler jusqu'à 800 calories et de détruire les graisses et la cellulite en seulement trois minutes.



Situé de l'autre côté du Santa Monica Boulevard, **ARTHA** n'a rien à envier aux autres centres de bien-être de la ville. Ce sanctuaire a tout pour conquérir le cœur des adeptes de bien-être en combinant cours de yoga et de méditation, sauna infrarouge, thérapie de flottaison, soins du visage et du corps à la pointe de la technologie. Parmi eux, le **Cryo Facial**, un soin anti-âge qui utilise de l'azote liquide froid pour resserrer la peau, minimiser les pores, éclaircir les cernes et réduire l'inflammation, ou encore le **T-Shock** qui, comme son nom l'indique, envoie un choc thermique localisé permettant d'éliminer les cellules graisseuses et les rides. Bien que l'accès au centre ARTHA soit réservé aux membres, vous pouvez venir à l'occasion d'une journée pour essayer et adopter votre soin minceur préféré.

L'esprit et corps se rencontrent au SPA du Pendry Hotel

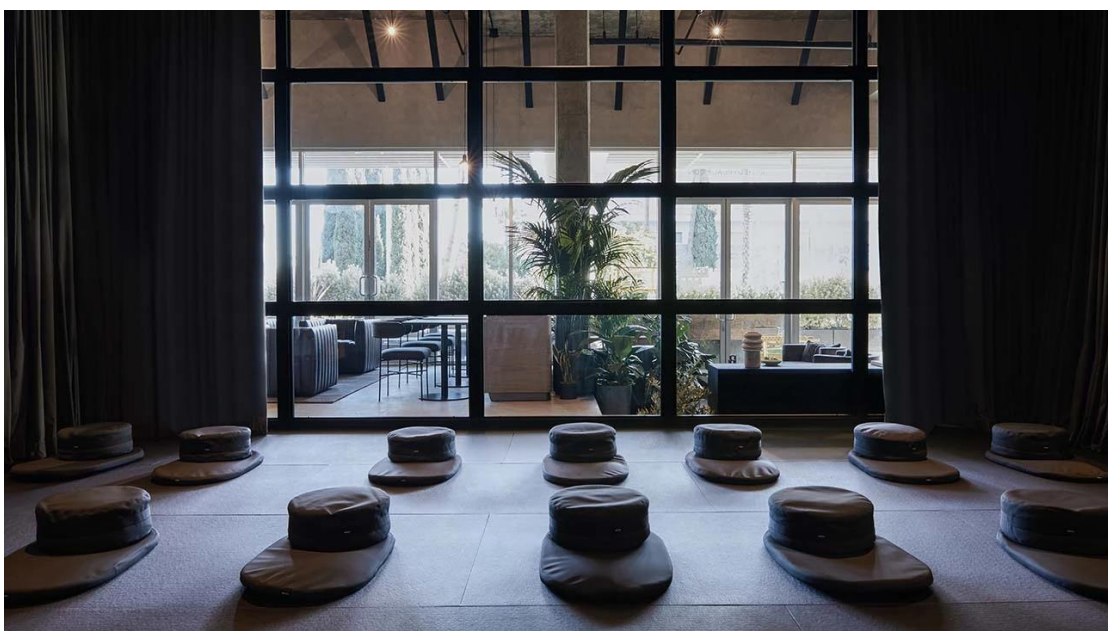
Récemment élu **meilleur hôtel de Californie** par U.S. News & World Report, le Pendry s'invite comme un rendez-vous glamour, style âge d'or de Hollywood, avec des touches modernes art-déco colorées. Si vous ne prenez pas un bain de soleil au bord de sa piscine sur le toit, rendez-vous au spa. Avec son menu de soins signature, le spa du Pendry offre une expérience ultra-personnalisée à base de produits de la marque **Cleanformance de Babor**, concentrés en ingrédients à base de plantes dont les formules sont puissantes et efficaces pour la peau. Le spa propose également une thérapie par vibration, des enveloppements corporels et des gommages, une thérapie par la lumière rouge et bien

plus encore. Après s'être fait chouchouter, prolongez votre expérience au Pendry en faisant une halte à **Ospero**, le restaurant d'inspiration italienne signé du chef star Wolfgang Puck.



Remedy Place : le premier social club de bien-être

Remedy Place fait également partie des établissements de bien-être qui font la renommée de la ville. Créé par le Dr Jonathan Leary, **Remedy Place** se décrit comme un social club qui vise à reconnecter les gens à leur moi intérieur en proposant des soins aussi alternatifs que holistiques. Sauna à lumière infrarouge, salles d'acupuncture et de ventouses, chambres cryogéniques, chambres hyperbares ou encore des sessions de bains glacés surdimensionnés sont proposés en solo ou en groupe, durant lesquelles l'instructeur guide les participants à travers 10 minutes de **respiration holotropique** suivies de six minutes immergées dans une eau à 38 degrés. Les membres et visiteurs peuvent profiter des soins et des élégants espaces et installations à la décoration monochrome. En psychologie des couleurs, la teinte cendrée représente la neutralité et l'équilibre, ce qui reflète parfaitement la philosophie de Remedy Place.



La cuisine californienne, un art de vivre qui nous veut du bien

Déjà dans les années 1980, la ville de West Hollywood était précurseur de la tendance gastronomique saine et biologique "**farm-to-table**". Le restaurant Hugo's ouvrait ses portes sur l'éclectique **Santa Monica Boulevard** en proposant une cuisine californienne végane surprenante. Depuis, on ne compte plus le nombre de restaurants, cafés et autres lieux sociaux branchés qui se sont implantés et proposent plats, jus et bowls sains qui nous veulent du bien. Parmi nos coups de cœur, l'adresse australienne **SOL** qui vient d'ouvrir sa première boutique aux Etats-Unis et qui reflète d'ailleurs parfaitement la culture du coffee shop en Australie. La marque se vante de son concept "all killer

and no filler”; comprenez “manger sans stocker”. Optez pour le plat signature “CHOP Sol”, un bol de riz sauvage, patate douce, pois chiches, amandes et betteraves.



On ne vous recommandera jamais assez la cuisine végétalienne engagée de **Gracias Madre**. Une explosion de saveurs mexicaines dans à découvrir sur la superbe terrasse arborée d’oliviers géants. Notre plat préféré ? Sans doute le Cauliflower con Mole, un chou-fleur grillé servi avec une purée de pommes de terre à l’ail rôti, une salade de maïs et sa sauce salsa parfumée à la coriandre et agrémentés de graines de sésame et de courge. Si la cuisine végétarienne attise votre curiosité, continuez sur votre lancée healthy à **Pura Vita**, le tout premier restaurant dévoilant une carte italienne 100% végétalienne aux Etats-Unis (dont la carte des vins). Enfin, si la fin de journée est proche et que l’ambiance est à la fête, optez pour un cocktail au coucher du soleil à **The Roof**, le bar sur le toit de l’**Edition Hotel West Hollywood**, un des derniers bijoux à avoir ouvert ses portes à West Hollywood. Au menu : une sélection de mezcals et d’agrumes californiens frais, vibrants et colorés, des cocktails bien-être incorporant des jus de fruits frais pressés, des cocktails Kombucha, le tout avec des vues panoramiques sur toute la ville de Los Angeles.



crédit photos :

<https://graciasmadre.com/>

<https://thepointsguy.com/reviews/edition-west-hollywood/>

<https://www.cntraveler.com/hotels/los-angeles/pendry-west-hollywood>

<https://pausstudio.com/weho-lookbook>

<https://hauteliving.com/>

Pour plus d'informations sur la destination : <https://www.visitwesthollywood.com/>

A propos de Visit West Hollywood

Le West Hollywood Travel & Tourism Board est l'organisation officielle de marketing chargée d'attirer les visiteurs à West Hollywood, Californie : une petite ville à taille humaine de 4,9 kilomètres carrés au cœur de Los Angeles.

Située au pied des collines d'Hollywood et adjacente au quartier huppé de Beverly Hills, West Hollywood est une ville moderne, à la pointe du style de vie de Los Angeles.

West Hollywood compte 19 hôtels et s'étend sur 3 quartiers : le Sunset Strip, mondialement connu, et sa vie nocturne sans précédent, Santa Monica Boulevard, un quartier éclectique au cœur de la communauté LGBTQ et enfin le Design District, populaire pour ses boutiques et ses restaurants.

Suivez-nous sur Facebook, Twitter (@westhollywood) et Instagram (@visitweho). www.visitwesthollywood.com

A propos de mN'Organisation

Bénéficiant d'une expertise métier de plus de 20 ans et d'un solide réseau relationnel Murielle Nouchy a créé mN'Organisation, agence 360° dans l'industrie du tourisme et du lifestyle, en 2004. mN'Organisation intervient tant au niveau du conseil que de la mise en œuvre de stratégies technologiques, commerciales et marketing spécifiques à l'Industrie du Tourisme et des Loisirs et du lifestyle.

mN'Organisation représente en France :

Pôle destinations et Lifestyle : American Brewers Association, High Sierra Visitor Council, Los Angeles Tourism, West Hollywood, Santa Monica Travel & Tourism, Greater Palm Springs et les déserts de la Californie, Jordan Tourism Board, Worldpride Sidney 2023

Pôle hôtellerie, attractions et réceptif : Diethelm Travel, mmv

Pôle Technologie : EURAM

Pôle digital : OT Croatie

mN'Organisation est membre de l'AJT (Association des Journalistes du Tourisme), du Visit USA, des Femmes du Tourisme, de l'IGLTA (International LGBTQ+ Travel Association) et de l'ADONET (Association des Offices Nationaux Etrangers de Tourisme en France).

<https://mno.fr>

Vos Contacts :

Marine Cardoso, Account Manager, marine.cardoso@mno.fr Tel : +33 (0) 1 47 56 20 59 Mob : +33 (0)6 59 05 02 22

Pascal Becquet, Press Officer, pascal.becquet@mno.fr Tel : +33 (0) 1 39 52 25 10 Mob : +33 (0) 6 62 75 87 32

Murielle Nouchy, Managing Director, murielle.nouchy@mno.fr Tel : +33 (0) 1 47 56 20 59 Mob : +33 (0) 6 80 75 17 30