



SANTÉ

Soirée Zen

Une expérience bien-être unique à vivre au centre aquatique NAUTIPOLIS à Valbonne

Publié le 18 novembre 2025

Depuis le 1er novembre, le centre aquatique NAUTIPOLIS s'est transformé en un véritable havre de paix et priorise le bien-être par la mise en avant d'activités douces et d'animations spécialement adaptées. Une belle occasion d'échapper au quotidien et de s'accorder une parenthèse « anti-stress ».

Bouger en douceur !

Tout au long de l'année, les installations du centre aquatique NAUTIPOLIS invitent à la détente et au bien-être, mais pendant le mois de novembre de nombreuses activités relaxantes et bienfaisantes seront proposées à cette occasion.

Un univers pour se ressourcer

Dès leur arrivée, le ton est donné pour accueillir les usagers dans une ambiance particulière : musique zen, diffusion d'huiles essentielles, lumière tamisée et décoration adaptée.

La soirée ZEN organisée le jeudi 27 novembre de 18h00 à 22h00 est un événement très attendu par tous !

L'équipe formée aux dernières techniques de relaxation vous fera vivre des rituels apaisants favorisant le ressourcement. De plus, chacun pourra bénéficier des bienfaits du sauna, hammam, jacuzzi... cave de glace, grotte de sel douche sensorielle mis à leur disposition.

Pause gourmande préparée par le Zenit'restaurant et eau détox accompagneront les visiteurs pour une pause détox. De nombreuses attentions seront proposées pour vivre un moment en toute quiétude au centre aquatique Nautipolis !

Des ateliers totalement dédiés au bien-être

- atelier ' relaxation dynamique'
- atelier ' relaxation visualisation'
- stands Massages bien-être , réflexologie,
- massage aux bols tibétains
- atelier gommage dans l'espace bien-être
- atelier sensoriel olfactif
- AquaRelax, Stretching, Pilâtes