

Prendre soin de soi, faire un arrêt dans le temps pour se faire plaisir et découvrir de nouveaux endroits... C'est ce que *Samedi Magazine* vous propose toutes les semaines. Un rendez-vous à ne pas manquer.

PAR MARIE M. LESSARD



Aventure
scandinave au
Sibéria Station
Spa

Séjour à Lac-Beauport

Lac-Beauport est un lieu de villégiature éblouissant. Outre le ski alpin, qu'on peut pratiquer au centre Le Relais, et le lac gelé, qui accueille gratuitement les patineurs chaque année, les activités originales foisonnent.

Explorez les bois

Accompagné d'un guide et chaussé de raquettes, revivez l'expérience des coureurs des bois et découvrez les beautés de la forêt laurentienne. Au retour, vous pourrez déguster une fondue de gibier, coucher dans une tente ou dans un igloo et prendre un petit-déjeuner copieux le lendemain (190 \$ pour deux personnes). La Pourvoirie du Lac-Beauport offre aussi des randonnées en traîneau à chiens (à partir de 29,95 \$).

Sentiers sylvestres

Si vous adorez le ski de fond,

Une des chambres du Manoir St-Castin



Promenade en traîneau à chiens à la Pourvoirie du Lac-Beauport.

38 km de sentiers vous attendent. Ils sont patrouillés et entretenus quotidiennement, bordés de sapinages et jalonnés de refuges chauffés au bois. Les vendredis et samedis soir, une piste de 4 km est éclairée aux flambeaux (les Sentiers du Moulin, journée: 12 \$, soirée: 7 \$).

D'attaque pour atteindre les hauts sommets? Celui de la montagne à Deux Têtes, à 607 m d'altitude, offre une vue imprenable sur les monts environnants, l'île d'Orléans et la ville de Québec.

Spa impressionnant

La thermothérapie au spa

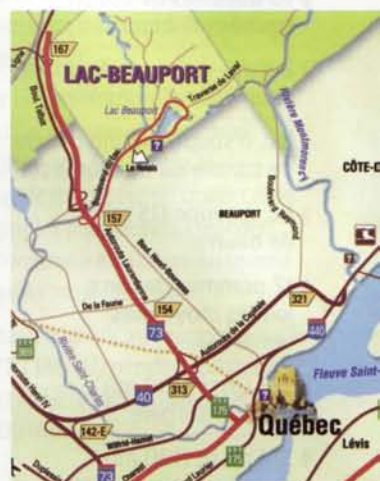
scandinave Sibéria Station Spa, c'est à découvrir. Détendez-vous dans le sauna à infrarouge, qui réchauffe le corps plutôt que l'air ambiant, essayez un bain à remous ou de vapeur à l'eucalyptus, puis ragaillardissez-vous dans l'eau glaciale de la rivière Jaune ou sous les chutes thermales. Complétez cette expérience relaxante près du foyer, dans la yourte sibérienne, ou avec un massage (accès au spa: 35 \$, massage: 60 \$).

Plaisirs du palais

Son nom invite à la dégustation: la Brise du Lac, une bière blonde au parfum floral, faite d'eau de source du mont Tourbillon, est élaborée à la microbrasserie Archibald (table d'hôte à compter de 10,95 \$). Pour une aventure gastronomique, optez pour la fine cuisine du Tiffany (repas quatre services en soirée: 36,95 \$).

Dodo douillet

Si vous avez envie de vous reposer dans une ambiance «cocon» chic, le Manoir St-Castin est tout indiqué. Plusieurs chambres ont un balcon avec vue sur le lac (à partir de 130 \$, en occupation double) et un foyer pour les romantiques (à partir de 180 \$). ◀



À 15 minutes au nord de Québec

Les Sentiers du Moulin:
99, ch. du Moulin
(418) 849-9652,
www.sentiersdumoulin.com

Manoir St-Castin et Le Tiffany:
99, ch. Tour du Lac
1 800 561-4764,
www.hotelsvillegia.com

Microbrasserie Archibald:
1021, boul. du Lac
(418) 841-2224,
www.archibaldmicrobrasserie.com

Pourvoirie du Lac-Beauport:
33, ch. de la Coulée
(418) 849-4252,
www.quebecweb.com/plb

Sibéria Station Spa:
339, boul. du Lac
(418) 841-1325,
www.siberiastationspa.com

Le Relais:
1084, boul. du Lac
1 866 3RELAIS,
www.skirelais.com

Autres activités, informations et prix:
www.lac-beauport.ca