

AUBERGE SAINT-ANTOINE: LeGYM

Les invités de l'Auberge Saint-Antoine sont conviés à venir se détendre, se ressourcer et garder la forme au tout nouveau centre de santé LeGYM. Ouvert au printemps 2008, LeGYM propose une salle d'exercice dernier cri, accessible en tout temps, ainsi qu'une salle de yoga, des services de massothérapie offerts par L'Attitude, la seule école de massothérapie à Québec, accréditée par le Fédération québécoise des massothérapeutes ainsi qu'un sauna finlandais dans chaque vestiaire.

Les équipements de mise en forme de hautes technologies offerts au centre LeGYM –tapis roulants, vélos stationnaires et machines elliptiques – ainsi que les poids et haltères et ballons suisses, combleront les attentes des sportifs les plus exigeants. Des entraîneurs personnels accrédités sont disponibles pour élaborer des programmes individuels plus intenses.

LeGYM propose également une vaste gamme de services spa, dans la quiétude de ses trois salles de traitement privées. Offrez-vous un massage ou encore optez pour de bénéfiques sessions de traitements esthétiques. Les massages peuvent également être prodigués à la chambre, sur demande.

LeGYM privilégie l'une des lignes de produits de beauté les plus prestigieuses au monde, G.M. Collin, de Paris. G.M. Collin est le fournisseur officiel des soins de la peau aux Oscars depuis 6 ans ainsi qu'aux Golden Globes. On compte à ses actifs sept brevets internationaux, 5 ans de recherche, un prix Nobel ainsi que de nombreux prix d'excellence.

Le passé et le présent se conjuguent harmonieusement au centre LeGYM, offrant un environnement de haute efficacité énergétique, pour le bienfait du corps et de l'esprit. Faisant honneur au riche passé de l'établissement tout en respectant les plus strictes exigences environnementales, ce lieu unique est rehaussé par l'ajout de luminaires éco-énergétiques, ainsi que de systèmes d'économie d'eau. Les murs d'origine sont agrémentés de photos présentant le bâtiment original, perpétuant ainsi l'héritage historique de l'Auberge Saint-Antoine.