Château du

LAUNAY

L'art de vivre en soi

Dossier de presse, mars 2022

SOMMAIRE

5 questions à Carole de Thoury Bogrand 4

Le mieux-être : une priorité pour les hôtes 7

L'alimentation vivante 8

- La naturopathie au coeur des cures détox 9
- L'alimentation vivante 10
- Les 5 cures végétales 12

Immersion au coeur du château du launay 18

- L'espace bien-être, se ressourcer 20
- Une journée type au château du launay 22
- Les activités, pour un mieux-être global 24

Séjourner au château du launay 28

- Le confort des chambres 30
- Un engagement pour une économie durable 33

Informations pratiques 34

“

Je suis intimement persuadée que l’avenir de notre santé est entre nos mains.

Nous avons plus que tout besoin d’un mode de vie sain qui nous rend moins vulnérable.

Au Château, nous nous attachons à donner les clés à chacun pour se ressourcer en pleine conscience et atteindre un mieux-être.

”

Carole De Thoury Bogrand.
Fondatrice du Château du Launay.

5 questions à ...

CAROLE

Fondatrice du Château du Launay

Carole, comment est née l'aventure du Château du Launay ?
Pourquoi avoir choisi de vous consacrer pleinement au mieux-être ?

Carole de Thoury Bogrand : Dès notre première rencontre avec le domaine du Château du Launay dans les années 2000, nous en sommes tombés éperdument amoureux.

Faire l'acquisition de ce lieu d'exception a été une évidence pour mon mari et moi. Aujourd'hui, cela fait plus de 20 ans que nous sommes propriétaires du domaine de 240 hectares et de cette bâtisse chargée d'Histoire, datant du XIXè siècle.

Diplômée d'une école de commerce international et animée par l'envie de m'ouvrir aux autres, j'ai un parcours assez atypique. Je me suis rapidement dirigée vers la naturopathie, la sophrologie Caycédienne et la diététique, domaines pour lesquels j'ai obtenu diverses certifications au fil des ans. Pendant 7 ans, j'ai eu l'opportunité de réaliser un coaching sportif en naturopathie afin d'accompagner et de conseiller une équipe de cavaliers professionnels, une expérience très enrichissante, formatrice et porteuse de réflexion.

Cette réflexion s'est rapidement concrétisée lorsque je décidais en 2018 d'ouvrir un concept de maison « privée », à l'atmosphère familiale, dédiée à la naturopathie et au mieux-être.

Mon objectif était d'accompagner les individus autour d'une alimentation plus saine, plus altruiste : de la terre à l'assiette ! L'économie circulaire sociale et locale reste un élément clé de ce concept que nous avons mené en famille : mon mari, Christophe, mon fils Hugo, ma fille Alizée et moi-même.

La volonté initiale que je souhaite partager est la suivante : ce qui est bon pour la nature et bon pour l'être humain. En tant que passionnée de cuisine, je défends l'idée selon laquelle l'alimentation en pleine conscience est intimement liée au respect des producteurs, des agriculteurs et de la terre.

Cette maison familiale se présentait donc comme le lieu parfait pour développer un concept unique, réconciliant plaisir et santé. Notre ambition était d'en faire un haut lieu du mieux-être pour découvrir un chemin de vie différent, empli de vitalité, avec un rapport plus raisonnable à la nourriture et une reconnexion à la nature.

> « Tous deux d'origine bretonne, nous avons succombé au charme de ce lieu entouré de nature et de forêts ressourçantes. »

La naturopathie fait partie intégrante du ressourcement des corps et des esprits. Quelles en sont les particularités et les bienfaits ?

Carole de Thoury Bogrand : La naturopathie est la plus ancienne médecine européenne du bien-être. C'est une médecine basée sur la prévention et l'étude de l'être humain dans sa globalité. Ses bienfaits sont uniquement possibles grâce à une approche holistique et globale de la santé : un bien-être physique et psychologique, un sommeil plus profond et réparateur, un gain de vitalité...

L'objectif ultime est d'apporter un autre regard sur la vie et d'identifier ce qui est réellement « bon pour soi ».

Pour permettre de générer ce mieux-être, il était pour moi essentiel d'être entourée d'experts reconnus dans leur domaine et partageant les mêmes valeurs : l'écoute, l'authenticité, la joie de vivre, la bienveillance, la générosité et l'altruisme.

C'est dans cet esprit que j'ai conçu les cures de soins proposées aujourd'hui à nos hôtes au Château du Launay.

> **Les 3 piliers fondateurs de la naturopathie :**
>
> L'alimentation
> L'exercice physique
> La gestion des émotions.

Les activités et les soins sont multiples au Château du Launay.
Pourquoi avoir choisi de développer l'apithérapie et l'équithérapie ?

Carole de Thoury Bogrand : Il y a quelques années, nous avons rencontré un couple d'apiculteurs situé à proximité du Château. Nous avons découvert leur passion et le pouvoir de l'apithérapie, cela a été une évidence pour nous. Aujourd'hui, ce sont 200 ruches que nous avons décidé d'installer sur le domaine pour proposer des soins précurseurs qui ont fait leur preuve dans des pays voisins. Au Château du Launay, l'apithérapie se matérialise de la manière suivante : nous avons développé une cabine de soins, tout en bois, intégrant une ruche transparente afin d'observer les abeilles, de bénéficier des bienfaits de leurs vibrations sonores et de respirer la propolis. La concentration des abeilles dans la ruche, totalement libres de leur mouvement, est bénéfique à l'être humain qui bénéficie ainsi d'une meilleure respiration et d'une meilleure oxygénation.

Dans le prolongement de cette réflexion sur l'apithérapie, nous avons cherché à joindre nos passions en proposant une thérapie en lien avec le monde de l'équitation. En effet, le cheval est un animal vraiment proche de l'Homme, un véritable compagnon. L'empathie est naturelle envers cet équidé, car sa beauté attire, intrigue, impressionne. Ainsi, nous proposons à nos hôtes de suivre une thérapie avec un cheval spécialement sélectionné pour son tempérament et sa proximité avec l'hôte. Ce soin est réalisé à pied à l'occasion d'une balade afin que le cheval transmette toutes les vertus dont l'Homme a besoin. L'attirance est intuitive car le cheval est le miroir de l'être humain. Le soin d'équithérapie permet de mieux se connaitre et de se recentrer sur l'essentiel.

Aujourd'hui, le domaine accueille en son sein un haras regroupant 30 chevaux, tous nés sur place.

L'alimentation joue un rôle majeur dans le bien-être de l'être humain. Comment abordez-vous cet aspect dans vos cures détox ?

Carole de Thoury Bogrand : Au Château, nous proposons plusieurs « cures détox ». De la cure de jeûne thérapeutique selon la méthode Buchinger, à la cure de jus en passant par la cure détox monodiète, végétale ou encore gourmet, toutes les options sont envisageables afin de se détoxifier et gagner en vitalité. L'idée est de proposer des cures pour tous les profils et tous les besoins. Tous les hôtes n'ont pas les mêmes contraintes ni les mêmes capacités en termes de jeûne, c'est pourquoi nous mettons à leur disposition des formules distinctes. Les cures sont adaptables en fonction de l'état physiologique des hôtes. Le séjour débute par un questionnaire de santé à communiquer plusieurs jours avant l'arrivée. Ce document est étudié par nos naturopathes et permet d'adapter la cure détox en relation avec l'objectif santé de la personne.

Vous êtes entourée d'une équipe de 10 thérapeutes experts. Quelles sont les spécificités de chacun d'entre vous ?

Carole de Thoury Bogrand : J'ai souhaité m'entourer d'experts qui partagent les mêmes valeurs et qui ont chacun leur propre spécialité. Cela nous permet de proposer des cures très complètes avec des activités diverses pour permettre un mieux-être global. L'objectif ultime étant d'aller à la rencontre de sa vraie nature et permettre le lâcher prise.

Australienne et avec plus de 20 années de pratique, Monique est LA spécialiste du yoga. Mais elle est aussi thérapeute et une excellente professionnelle du massage ayurvédique pratiquant également la méthode Feldenkrais (ostéopathie douce).

Formée en Inde, Claire est une spécialiste des massages ayurvédiques.

Avec 15 ans de pratique, Anne est la spécialiste du massage bien-être, capable de proposer 10 typologies de soins distincts.

Nous sommes également entourés de 2 experts diplômés en shiatsu, 2 professionnels en drainage lymphatique, un spécialiste en irrigation du colon (soin permettant la détoxination et la régénération du microbiote), 2 experts en acupuncture.

Aujourd'hui, l'équipe accueille également un expert en méditation, 2 naturopathes, une sophrologue, une spécialiste en randonnée, 2 experts en équithérapie et un chef cuisinier, spécialiste de la cuisine végétale.

Chaque profil a été spécialement accueilli pour son expérience, son approche et sa personnalité proche de la nôtre dans le but de proposer des séjours mémorables à nos hôtes.

C	comme	CHARME
H	comme	HETRE
A	comme	AMOUR
T	comme	TISANE
E	comme	ÊTRE
A	comme	ART
U	comme	UNIQUE
D	comme	DOMAINE
U	comme	URGENT
L	comme	LUMINEUX
A	comme	ARBRES
U	comme	UNIVERSEL
N	comme	NAISSANCE
A	comme	ABEILLES
Y	comme	YIN&YANG

Le mieux-être :

une priorité pour les hôtes du Château du Launay.

A l'abri du tumulte de la ville, le Château du Launay est un haut lieu dédié au mieux-être, à la connaissance de soi, à la détoxification du corps et de l'esprit… un véritable havre de ressourcement.

Niché au cœur de la Bretagne, terre sauvage chargée de nature, le Château du Launay dévoile un domaine confidentiel et authentique de 240 hectares. Entre forêts et nature bienfaitrice, c'est ici l'adresse incontournable pour se délecter d'une respiration, d'une « retraite » en pleine conscience pour gagner en énergie et lâcher prise le temps d'un séjour.

Hors du temps,
Respirez,
Ecoutez,
Rêvez,
Lâcher-prise !

Ici, les hôtes sont invités à renouer le dialogue avec eux-mêmes pour vivre une expérience singulière et enrichissante.

L'objectif d'un séjour en cure détox au Château du Launay : se ressourcer et retrouver une vraie vitalité !

Tous les profils sont les bienvenus ; hommes ou femmes de tous âges, quels que soient leur condition physique et leur mode de vie. **Chacun profite d'un séjour unique pour se déconnecter d'un quotidien souvent énergivore mais surtout pour se reconnecter à soi et, par extension, aux autres.**

Entreprendre une cure au Château du Launay, c'est prendre conscience d'une chose essentielle : le besoin d'un accompagnement personnalisé pour une prise en charge globale de l'individu.

Cette retraite est une immersion au cœur de soi, une expérience résolument authentique, renforcée par l'expérience d'une équipe bienveillante et chaleureuse, favorable au lâcher-prise.

La naturopathie

au cœur des cures détox.

Depuis une dizaine d'années, le Château du Launay développe des cures de détoxination basées sur les principes de la naturopathie :

- **Adopter une alimentation saine et vivante** : éviter les aliments transformés et consommer les aliments issus de la terre.
- **Mettre son corps en mouvement :** à travers une activité en lien avec la nature et un environnement ressourçant
- **Recouvrer un équilibre mental et émotionnel :** se déconnecter d'un quotidien stressant et d'un rythme de vie déséquilibré
- **Respirer et se reconnecter à la nature** : pour se concentrer sur ce qui est essentiel et permettre un mieux-être permanent
- **Apprendre à s'écouter pour prendre soin de soi** et prolonger le bien-être à l'issue de la cure au Château du Launay.

Pour offrir à nos hôtes un séjour personnalisé à leurs besoins, nous avons fait appel à nos naturopathes et notre chef cuisinier afin de concevoir les 5 cures proposées aujourd'hui au Château du Launay. Ces cures proposent des recettes à base d'ingrédients de saison, issus de l'agriculture biologique et locale.

La naturopathie consiste à proposer une approche globale permettant de favoriser le bien-être de l'individu. Il s'agit d'une thérapie soignant à la fois le corps et l'esprit pour aller vers un mode de vie plus conscient, plus serein et plus en lien avec les besoins fondamentaux de l'être humain.

L'alimentation vivante

l'art de manger sain et bon.

Au Château du Launay, l'alimentation est au cœur du processus de revitalisation et de détoxification du corps et de l'esprit ; c'est la raison pour laquelle les pupilles et les papilles y sont à l'honneur.

Pour être en bonne santé, il est important de cultiver l'art d'être gourmand et d'être gourmet.

Dans ce haut lieu du mieux-être, on apprend à mieux s'alimenter pour préserver son capital santé.

Les principes de base d'une alimentation naturelle et de bon sens, issue de l'agriculture biologique, de saison et principalement locale, sont au centre des cures détox.

L'objectif ici est de se réinventer en conciliant gastronomie et santé, mieux-être et plaisir, simplicité et audace dans une cuisine saine, ludique et éthique.

" Nous sommes ce que nous mangeons ! Comprendre les besoins alimentaires de notre corps, c'est rester en bonne santé "

La particularité des cures détox est d'apprendre l'art d'être gourmand et de vivre en bonne santé à l'occasion des repas proposés dans un menu gastronomique et gourmet.

5 cures végétales

Pour prendre soin de soi.

Un séjour bien-être au Château du Launay apporte de nombreux bienfaits dont un regain de vitalité. La priorité de sa fondatrice, Carole de Thoury Bogrand, est de mettre le mieux-être au cœur de ses cures détox.

Au Château du Launay, 5 cures détox et bien-être sont proposées en toutes saisons :

- **La cure JEÛNE** pour une régénération et une détox approfondie.
- **La cure JUS,** idéale pour un regain d'énergie, une alternative idéale au jeûne.
- **La cure MONODIÈTE** qui a la propriété de cibler les besoins et éliminer les toxines de manière ludique.
- **La cure VÉGÉTALE,** synonyme de nature et vitalité conçue pour rééquilibrer l'acidité du corps.
- **La cure GOURMET** pour apprendre l'art d'être gourmand.

Le Château du Launay organise des séjours constitués de petits groupes afin d'offrir des services personnalisés et de qualité.

Les cures sont possibles selon deux types de séjour, au choix et en toutes saisons :

- Séjour de 4 jours (arrivée le samedi, départ le mercredi)
- Séjour de 7 jours (arrivée le samedi, départ le vendredi)

Bon à savoir : L'eau utilisée dans toutes les préparations est biodynamisée et débarrassée de tous ses polluants grâce à un procédé à osmose inverse Aqua dyn.

La cure de jeûne

Inspirée de la méthode Buchinger, la cure de jeûne est un séjour proposant une détox de l'organisme en profondeur.

L'objectif de cette cure est de remettre le système digestif à zéro pour rééquilibrer le métabolisme et ainsi profiter pleinement des bienfaits d'un transit nouveau. Cette cure fait la part belle aux jus de légumes et de fruits frais de saison, les bouillons de légumes et infusions/tisanes sont également mise à l'honneur...

Riche en vitamines et minéraux, cette cure détox préserve le corps tout en revitalisant l'organisme avec un apport calorique très faible.

Les bienfaits de la cure jeûne en bref :

* Augmentation de la sécrétion de l'hormone de croissance
* Perte de poids notamment au niveau de la masse grasse
* Réduction du risque de diabète de type 2
* Amélioration des performances intellectuelles
* Embellissement de la peau
* Vitalité accrue
* Concentration renforcée
* Calme intérieur.

Au menu :

- Un accès libre au bar à tisanes tout au long de la journée
- 1 jus de légumes (2/3) et de fruits (1/3), dilués par repas (petit-déjeuner, déjeuner et dîner)
- Bouillons de légumes de saison frais dilués (à volonté au déjeuner et au dîner)

La cure de jus

Essentiellement constituée de jus de légumes et de fruits frais de saison, **cette cure est une excellente alternative à la cure de jeûne et la cure végétale.**

La cure jus permet au corps d'absorber beaucoup plus rapidement tous les nutriments et les vitamines des légumes et des fruits (sans l'ajout de fibres qui a parfois tendance à ralentir ou à irriter le système digestif).

Cette cure de jus apporte **un regain de vitalité et rééquilibre le corps et l'esprit.**

Au menu :

- Un accès libre au bar à tisanes tout au long de la journée
- Trois jus constitués de 2/3 de légumes et 1/3 de fruits (petit-déjeuner, déjeuner et dîner)
- Bouillons de légumes de saison frais (à volonté au déjeuner et au dîner)

Les bienfaits de la cure jus en bref :

* Détoxination en douceur du corps
* Mise au repos du système digestif
* Regain d'énergie
* Meilleure clarté mentale.

Les bienfaits de la cure jeûne en bref :

* Une meilleure assimilation des aliments
* Une meilleure nutrition des cellules
* Une élimination en profondeur tout en douceur

Quelques exemples de monodiètes :

* La pomme : un excellent équilibrant acidobasique et rajeunissant cellulaire.
* La carotte : un fabuleux régénérant intestinal.
* Le raisin : pour faire le plein d'antioxydants.
* Le sarrasin : parfaitement équilibré et riche en protéines.

La cure monodiète

La cure monodiète permet une approche plus douce de la détox et représente un premier pas vers le jeûne.

Cette cure consiste à consommer un aliment unique décliné de multiples façons afin d'éliminer les toxines en perdant du poids de manière ludique. Réalisée à base de fruits et/ou de légumes frais de saison, le choix est riche en vitamines pour soutenir le système digestif dans sa détoxication.

Souvent appréciée des sportifs pour son apport détoxifiant, l**a cure monodiète offre un regain d'énergie dès les premiers jours.**

Au menu :

- Un accès libre au bar à tisanes tout au long de la journée
- Trois repas constitués d'un seul aliment ou d'un seul type d'aliments, de saison – le matin, le midi & le soir. Fruit (pomme ou raisin) ou légume (carotte ou courge) ou céréale (riz ou autres).
- Bouillons de légumes de saison frais dilués (à volonté au déjeuner et au dîner)

La cure végétale

La cure végétale permet de rééquilibrer l'acidité de l'organisme (le fameux pH) en évitant les « crises curatives » souvent causées par le jeûne traditionnel.

Cette cure, essentielle pour la longévité, repose sur un apport riche en vitamines et minéraux grâce aux fruits et aux légumes frais et de saison, issus de l'agriculture biologique locale.

De la terre à l'assiette pour un mieux-être mesurable !

Au menu :

- Un accès libre au bar à tisanes tout au long de la journée
- Trois repas savoureux et gastronomiques à base de légumes – le matin, le midi & le soir
- Bouillons de légumes de saison frais (à volonté au déjeuner et au dîner)

Les bienfaits de la cure végétale en bref :

* Un excellent apport en vitamines et minéraux
* Des végétaux ayant conservé toutes leurs qualités nutritionnelles
* L'éveil des papilles
* Un réapprentissage à cuisiner des légumes parfois oubliés

Les bienfaits de la cure gourmet en bref :

* Rester en bonne santé
* Apprendre à mieux s'alimenter
* Appréhender une alimentation naturelle et de bon sens
* Concilier alimentation vivante et santé
* Gagner en bien-être et en plaisir

La cure gourmet

C'est pour les gourmands soucieux de préserver leur santé que la cure gourmet est née.

Cette cure prouve que gourmandise et alimentation saine ne sont pas antinomiques. Ainsi, **les menus qui composent cette cure permettent de se faire plaisir tout en conservant son capital santé en évitant les apports caloriques excessifs.**

Au Château du Launay, on apprend à mieux manger en maîtrisant les besoins fondamentaux du corps et de l'organisme.

La cure gourmet permet de se réinventer en conciliant gastronomie et santé, mieux-être et plaisir, simplicité et audace dans **une cuisine saine, ludique et éthique.**

Au menu :

- Un accès libre au bar à tisanes tout au long de la journée
- Un petit-déjeuner gourmand
- Deux repas savoureux et créatifs à base de fruits et de légumes de saison associés à des protéines végétales et sublimés par un dessert gourmand (déjeuner et dîner)
- Bouillons de légumes de saison frais (à volonté au déjeuner et au dîner)

Emotion & Respiration

Immersion

au coeur du Château du Launay

Situé en plein cœur de la Bretagne, au sein d'une nature préservée de 240 hectares, le Château du Launay se définit comme une destination d'exception destinée à l'harmonie, à l'équilibre et au ressourcement, le lieu idéal pour vivre pleinement une cure détox.

Véritable centre dédié au mieux-être, le Château du Launay accueille 10 chambres à la décoration cosy pour une expérience cocooning et revigorante, le tout dans un cadre enchanteur au design épuré pour ravir ses hôtes.

Choisir une cure détox au Château du Launay, c'est décider de retrouver une belle vitalité, une énergie propice au mieux-être.

Au programme : bien-être holistique, santé au naturel, développement personnel et dialogue intérieur… un retour à l'art de vivre en pleine conscience de soi !

L'espace bien-être

un lieu de ressourcement.

Une parenthèse de pureté au Château du Launay, c'est l'occasion de prendre le temps d'une pause hors du temps et de profiter de l'espace bien-être, rien que pour soi.

Le Château du Launay met à la disposition des hôtes :

Une piscine chauffée toute l'année

Un bassin couvert pour les adeptes de natation

Un hammam relaxant avec une chaleur humide comprise entre 50 et 60°C, pour stimuler les glandes sébacées avec un effet relaxant et nettoyant. Il permet de libérer les toxines et prépare la peau à recevoir les bienfaits d'un soin thérapeutique.

Un sauna face à la nature entièrement fabriqué en France en cèdre rouge, chauffé par un poêle à bois. Cet espace cosy par excellence est intégré harmonieusement à un décor naturel offrant une vue sur le domaine du Launay, les chevaux et les arbres centenaires.

Le bol d'air Jacquier, un véritable BOOST D'OXYGÈNE qui redynamise l'oxygénation cellulaire, augmente la capacité antiradicalaire, limite la création de protéines glyquées et réduit le stress.

La salle de méditation : un espace dédié à la spiritualité qui favorise la cristallisation d'une pause méditative.

La cabine d'apithérapie : lové dans un cocon de bois, au cœur de la ruche et dans le respect des abeilles, l'hôte suit le fil de sa respiration au rythme des délicates vibrations sonores des abeilles, pour un apaisement aux mille bienfaits.

Une journée type

Laissez passer le temps.

Les petits déjeuners, déjeuners et dîner sont en lien avec votre cure.

Tous nos produits sont issus de l'agriculture biologique et de préférence locaux.

Des matinées orchestrées
pour vous aider à éliminer les toxines ou
approfondir vos connaissances de la faune et de la flore.

Des après-midi de repos,
pour profiter du cadre et des soins.

Des soirées conviviales
et des échanges sur la santé au naturel.

Ce programme est susceptible d'être modifié ou adapté.

7h45

Réveil & Accueil matinal.

8h15

1h de yoga pour harmoniser le corps & l'esprit.

9h15

Petit déjeuner frais & bio.

10h

3h30 de randonnée accompagnée.

13h

Déjeuner ou jus en lien avec votre cure.

14h

Repos Soins Spa (accès libre)

19h

Dîner & Bouillon convivial.

20h

Atelier conférence santé au naturel.

Les activités du Château

pour un mieux-être global

Séjourner et suivre une cure détox au Château du Launay permet d'expérimenter une échappée douce en profitant d'une multitude de soins.

Pour prendre soin de soi et se ressourcer, une équipe de 10 thérapeutes, tous praticiens experts et passionnés, participent au mieux-être de chacun.

La carte de soins thérapeutiques révèle diverses manières de s'offrir une véritable parenthèse sur-mesure. Les salles de soin sont une promesse au cocooning, à la relaxation, au mieux-être et à une détente optimale.

Les hôtes expérimentent une large palette de soins (d'une durée variant de 60 à 90 minutes) :

- Soins traditionnels et intuitifs
- Soins minceurs et drainants
- Soins ayurvédiques
- Bilan naturopathique
- Soins complémentaires

Découvrir la carte complète des soins thérapeutiques :

Coup d'oeil sur ...

KTALI ™

Le soin signature du Launay

Durée : 120 min

Coût : 180€

Ce soin promet une révélation de ressources insoupçonnées à l'intérieur de soi. Il permet de **se réconcilier avec toutes les parties de son être au cours d'un voyage intérieur, d'une rencontre avec soi.**

Ce soin profond fait appel à l'énergie du corps pour rétablir un dialogue privilégié avec ses cellules, et ouvrir le champ des possibles. Il a pour objectif la régénération des tissus, la décontraction musculaire, la reconnexion à soi et la circulation des fluides. Il favorise également la récupération physique et psychique.

Ce soin ayurvédique est accompagné d'huile chaude, d'huiles essentielles, d'encens, de bols tibétains et bols de cristal et se réalise sur futon.

Des chevaux d'exception

Les chevaux du haras du Launay sont de la race Shagya, un croisement d'étalons pur-sang arabe avec des juments hongroises.

Choisis pour leur obéissance, leur intelligence et leur maniabilité, ils rendent l'équithérapie accessible à toutes et à tous.

Le cheval devient un partenaire privilégié et permet de créer une relation intime : il nous remet au centre de nous-même, pour mieux se comprendre et s'accepter !

> « Le cheval est un bon maître, non seulement pour le corps, mais aussi pour l'esprit et le cœur.
>
> Xénophon, 5e siècle av. J.C. »

Un soin unique

L'ÉQUITHÉRAPIE

L'acceptation de soi

Le Château du Launay est l'un des seuls centres de soin en France proposant de suivre des séances d'équithérapie.

Cette expérience exceptionnelle d'introspection au contact des chevaux est un véritable temps pour se redécouvrir grâce au lien avec l'animal.

Basée sur l'acceptation de soi, la séance d'équithérapie améliore la relation avec les autres, renforce la communication et stimule la confiance et la responsabilité.

Le Château du Launay propose u**n séjour en cure « détox & équithérapie » d'une durée de 4 jours ou des séances à la carte,** toujours accompagnées et encadrées par un expert thérapeute, reconnu et spécialisé dans cette discipline.

Adaptée à tous et sans distinction d'âges, l'équithérapie se fait à pied, aux côtés du cheval.

Les chevaux, de précieux alliés

S'il n'a plus besoin aujourd'hui de fuir pour survivre, le cheval a conservé une ultra sensibilité permanente à son environnement.

C'est une véritable éponge qui absorbe les émotions de l'Homme dont il perçoit à 20 mètres les battements cardiaques.

Découvrir le film sur les séances d'équithérapie :

Le Vieux Launay

une bâtisse historique

Bienvenue au Château du Launay !

Cette imposante bâtisse de granit datant du XIXe siècle, logée sur un domaine de 240 hectares respire la quiétude et invite au ressourcement intérieur.

Le Château du Launay est l'adresse idéale pour un séjour bien-être dans son écrin enchanteur, offrant tout le confort d'un lieu d'exception.

Un peu d'histoire...

La demeure autrefois appelée « Vieux Launay » appartenait à Guillaume Le Vestle en 1422.

Elle érige ses fortifications dès le VIIIe siècle et atterrira dans les mains des Tréduret au XVIIIe siècle.

Le château devient un lieu de somptueuses réceptions organisées par le comte Monty de Rézé dont la plus célèbre offrira son parquet à l'Opéra de Paris.

Le comte de Mainguard l'acquiert en 1914 pour un million de francs or et en 1943, il abrite le fonds breton de la bibliothèque de Lorient.

3 catégories de chambre

Le confort

pour se ressourcer.

Classique

Les chambres « Classique » possèdent une identité unique et offrent une vue imprenable sur le parc du Château ou sur son étang.

Idéales pour un séjour en solo ou en duo, elles sont une bulle de douceur, parfaites pour la détente et le réconfort.

Luxe

Les chambres « Luxe » proposent un espace généreux et confortable de 45 m² pour un séjour à deux. Équipées d'une baignoire en marbre, elles dévoilent une vue exceptionnelle sur le parc ou l'étang du domaine.

La décoration du XIXe siècle renforce le caractère spécial de ce lieu pour un séjour des plus réconfortant.

Prestige

Situées au 1er étage et d'une superficie de 50 m2, les chambres « Prestige » s'érigent en espace d'expériences faisant la part belle au calme, à la volupté et à la détente pour gagner en sérénité.

Le mobilier d'époque et la cheminée d'ornement font référence à l'Histoire du château. Deux grandes portes-fenêtres s'ouvrent sur le balcon et offrent une vue imprenable sur le parc.

Dormir

c'est accueillir la rêverie

Le Château du Launay propose 10 chambres spacieuses, à la décoration raffinée, propices au bien-être et au ressourcement.

Authenticité, délicatesse et raffinement s'en dégagent.

Le confort de toutes les chambres est premium pour une cure sereine et réussie :

Lit King ou Queen size - salle de bain privative en marbre - espace bureau et coin salon - sèche-cheveux et pèse-personne - peignoirs et chaussons fournis - produits de soins biologiques - kit rituel mieux-être, - tapis de yoga et tapis d'acupression - bouilloire et tisanes - petites attentions de bienvenue.

Un engagement

pour une économie durable et responsable.

Au Château du Launay, les valeurs clés sont l'économie locale, la cohérence et le bon sens.

Il s'agit ici de collaborer et de travailler avec des artisans qui partagent les mêmes valeurs de maîtrise de l'impact environnemental.

Hugo Bogrand, jeune agriculteur, installé sur le domaine au lieu-dit La Ferme de Quénecat, exploite depuis 2013 les terres du Launay.

Cet engagement s'attache à :

- développer et produire une culture biologique (production de grandes céréales et de légumineuses avec une sélection rigoureuse de produits correspondant à des critères de qualité) ;
- préserver une forêt certifiée et en gestion durable ;
- poursuivre une démarche écologique globale avec des productions respectueuses des écosystèmes ;
- promouvoir l'alimentation et l'herboristerie (manger mieux, local et écologique et faire la part belle aux circuits courts – de la terre à l'assiette) ;
- produire des soins éco-responsables avec une sélection rigoureuse des matières premières ;
- offrir une eau d'une qualité rare et unique, irréprochable pour la création des eaux florales et des tisanes.

Infos pratiques

Une pratique encadrée

des experts pour vous accompagner

Le Château du Launay n'est pas un organisme de santé.

Dans ce haut lieu du mieux-être, l'expérience permet un dialogue bienveillant, confidentiel et authentique avec les thérapeutes pour trouver ensemble la réponse adéquate aux besoins de chacun.

Des experts encadrent tous les séjours : naturopathes certifiés, praticiens en médecine chinoise, ostéopathes, accompagnateurs écologues, professeurs de yoga, praticiens pour les soins, chefs cuisiniers.

L'accompagnement proposé est mis en place en amont, pendant et après le séjour en cure afin de potentialiser les bienfaits et ouvrir la parenthèse sur l'après.

Un séjour bien-être au Château du Launay apporte de nombreux bienfaits dont un regain de vitalité.

La priorité de sa fondatrice, Carole de Thoury Bogrand, est de mettre le mieux-être au cœur de ses cures détox.

Découvrir et s'imprégner de l'atmosphère
du Château du Launay, en vidéo :

Les dates et tarifs des séjours :

Nous suivre sur les réseaux sociaux :

Contact Château du Launay
Château du Launay 56160 Ploërdut.

Réservations
02 97 39 46 32
info@chateaudulaunay.fr

www.chateaudulaunay.fr