

forêt de cèdres, plantée au XIX^e siècle sur le Petit Luberon. Une authentique forêt de cèdres de l'Atlas et une balade d'1h30 aux paysages variés. On peut aussi le faire en marchant.

UNE TABLE DE PAYS

La Bastide du Grand Tilleul à Mérindol. Une table comme on les aime en vacances : sous un énorme tilleul, éclairée aux guirlandes, avec une cuisine simple mais soignée. Ambiance bohème et produits locaux.

labastidedugrandtilleul.com

UNE JOURNÉE IDÉALE



Faire un tour au marché place de l'Hôtel de Ville – typique, bordé de petits cafés où faire un stop – puis s'offrir une expo à l'Hôtel de Caumont, superbe hôtel particulier du XVIII^e siècle, dont la programmation culturelle est souvent pointue. Ensuite, déjeuner aux Deux Frères, idéalement situé sur le cours Mirabeau, pour déguster une bonne cuisine de brasserie. Pour finir, se balader dans le quartier Mazarin, la vieille ville aux mille fontaines.

les2freres.com, caumont-centredart.com

UN MASSAGE EN PLEIN AIR

On a fait construire un kiosque en bois au fond du parc pour se faire masser en écoutant le chant des oiseaux. On réserve une heure avec Yuko, une Japonaise qui pratique un massage très doux, proche de l'acupuncture. Une immense sensation de bien-être se fait sentir dans l'heure qui suit.

Massage 50 minutes, 95 €

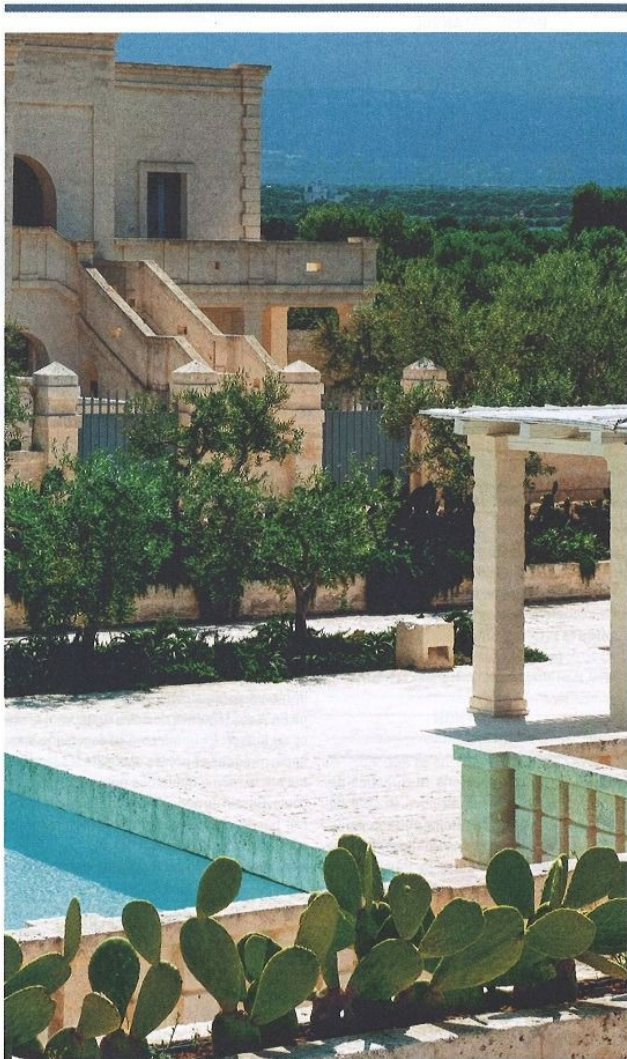
NOTRE HUILE D'OLIVE

Celle du moulin à huile Bastide du Laval, une propriété familiale située à Cadenet. Ils organisent des initiations à l'oléologie, des dégustations et des visites libres du moulin. Notre chef la cuisine et on la vend au domaine. » bastidedulaval.com

LES POUILLES ITALIE SLOW

L'enfant du pays et hôtelier Aldo Melpignano ouvre une voie authentique vers cette région. Et Le réalisme magique prend ses quartiers en Italie du Sud.

PAR NADIA HAMAM AVEC SOPHIE N'DIAYE



Au baromètre des destinations italiennes désirables, la région des Pouilles est en pleine ascension. Ici, pas de palais flamboyants. Villages tout blancs, garrigue odorante, rivages ourlés de bleu... ses richesses s'appellent modestie, déconnexion et sensorialité. Faire vivre les Pouilles de l'intérieur en tissant du lien avec ses habitants, c'est l'obsession d'Aldo Melpignano. Cette approche en mode horizontal et slow signe même le futur de l'hôtellerie, ose le propriétaire de l'établissement Borgo Egnazia. On le suit les yeux fermés et les sens grands ouverts.

LE BORG EGNAZIA

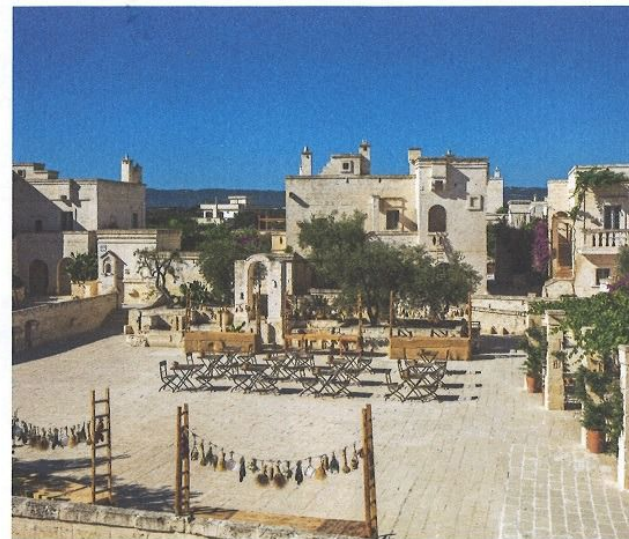
« Tout commence par une traversée bucolique des Pouilles, entre chemins de terre et champs d'oliviers classés. Ensuite, vient la silhouette du Borgo Egnazia, une immense bâtisse. Vous empruntez un couloir géant ponctué d'îlots de canapés et ambiancé de mille bougies. Au bout, c'est le miracle architectural : notre hôtel est édifié comme un village typique. Demeures patriciennes et places pavées, ambiance tamisée dedans et parvis italiens peuplés de citronniers dehors. Doux camaïeux de blancs et beiges ; profusion de lin et chanvre... Notre parti pris décoratif est clair : un tradi chic loin de tout rustique, grâce à des détournements d'objets orchestrés chaque saison par des artistes designers. Côté bien-être, je recommande les bains chaud-froid du spa tout en harmonie et les moments de détente dans l'une des immenses piscines que compte notre hôtel. Parmi les quatre restaurants, testez en priorité le buffet de cuisine traditionnelle des Pouilles, sur la place centrale : gargantuesque et exquis !

À partir de 240 € la nuit petit-déjeuner inclus, borgoegnazia.com

ENTRE GOLF ET HISTOIRE



Les amateurs de la petite balle blanche apprécient le 18 trous du Borgo Egnazia, le San Domenico Golf. Conçue par l'architecte Andy Haggard pour l'European Golf Design à Londres, cette étape rituelle des tournois



internationaux offre une balade entre flore méditerranéenne, oliveraies, cité antique d'Egnathia (V^e siècle avant J.-C.) et mer Adriatique. Avis aux fans de vieilles pierres : du trou 8, vous avez une vue sur la nécropole située à seulement 200 mètres !

SPORT ATTITUDE

Mis à part les circuits à vélo entre oliveraies et fermes (par ici les dégustations) ou les séances de « fitness en marche » dans la campagne qui cerne le Borgo Egnazia, osez le trek au Terra delle Gravine. Ce canyon spectaculaire situé à l'ouest des Pouilles, entre Laterza et Palagianello, est l'un des plus profonds d'Europe centrale. Un paysage rocheux vierge, intrigant, sur lequel règnent les faucons pèlerins.

BONNES TABLES

MASSERIA LE CARRUBE : dans une *masseria* (ferme fortifiée d'époque) à 6 kilomètres d'Ostuni, on vous servira une excellente cuisine traditionnelle et végétarienne. masserialecarrubeostuni.it/fr

LA MAREA : à Savelletri, où se situe le Borgo Egnazia, le temps semble s'être arrêté dans ce restaurant typique concentré sur les produits de la mer. La cuisine d'une grande fraîcheur s'apprécie dans une ambiance sans chichis. lamarearistorante.com

ZIO PIETRO : à Cisternino, l'art de la belle viande se transmet de main en main depuis 80 ans. Affaire de famille. ziopietro.it

RICCARDO CAFFÈ : ce bar pose ses fauteuils entre les marches en pierre et les murs blancs de la vieille ville d'Ostuni. On sirote en compagnie des habitants qui n'hésitent pas à s'installer sur un coussin à même le pavé. riccardocaffe.com



HEUREUSES RENCONTRES

Si vous le pouvez, programmez votre voyage hors vacances d'été, quand la région se vide. Notre concierge saura organiser une visite d'Alberobello par exemple, guidée par Mimmo, qui y vit et en connaît tous les secrets. Nous recommandons aussi Clara pour l'arrière-pays. Elle vous accueillera autour de ses traditions et sa cuisine. »

Retrouvez plus d'adresses sur SPORT&STYLE.FR