

Rubriek = Wellness

Kop = Baden in Bordeaux

Tekst Monique Jansse fotografie Harold Pereira

Wellness en wijn, gaat dat wel samen? In de Franse spa 'Les Sources de Caudalie' denken zeggen ze daar volmondig [oui!] op en verwennen ze hun gasten met al het goede uit de druif.

De 'Franse paradox' wordt het genoemd: het feit dat de Fransen ondanks dat ze veel verzadigde vetten eten, toch relatief weinig last hebben van aandoeningen aan hart en bloedvaten. Onderzoek wees uit dat dit waarschijnlijk te maken heeft met de gewoonte dagelijks wijn te drinken - zij het met mate. Op een wijnlandgoed in de streek Les Graves nabij Bordeaux kun je een dagje of langer Franse paradox boeken: genieten op je gezondheid.

Daniel en Florence Cathiard kochten in 1990 het verwaarloosde wijndomein Chateau Smith Haut Lafitte. Nooit eerder hadden ze wijn gemaakt, maar een grote voorliefde voor goede wijn en een zakelijk instinct zorgde ervoor dat ze al snel zeer goede wijnen op de markt konden zetten. Op een dag in de oogsttijd was er een professor van de Pharmaceutische Universiteit van Bordeaux op bezoek, die bij het zien van het productieproces tegen dochter Mathilde Cathiard opmerkte: 'Weet je dat jullie tegelijk met de druivenpitten en -schillen die hier worden weggegooid een waardevolle schat verloren gaat?' Hij vertelde haar over de stof polyphenol, een buitengewoon werkzame antioxidant, die zich zowel in de druif als in het blad van de wijnrank bevindt. En zo werd bij Mathilde het idee voor een cosmeticalijn op basis van druiven geboren, inmiddels wereldwijd verkrijgbaar onder de naam 'Caudalie'.

Het ondernemersbloed bleek niet alleen bij Mathilde en haar vader te stromen maar ook bij haar zus Alice. Een deel van het wijndomein leverde al geruime tijd druiven van lage kwaliteit op. Grondonderzoek wees uit dat te warm grondwater, afkomstig uit minerale bronnen diep onder de grond, hier de oorzaak van waren. Een nieuw idee werd geboren en in 1999 werd de eerste steen gelegd voor een hotel en spa dat 'Les Sources de Caudalie' werd gedoopt. Hier kunnen gasten terecht voor vinotherapie - behandelingen met producten op basis van druivenextracten.

Eigentijdse grandeur

Na een rit langs uitgestrekte wijnvelden is een enorm beeld van Venus, oprijzend uit het groen, het eerste teken dat we Les Sources de Caudalie naderen. Ik ben direct onder de indruk van de in vakwerkstijl opgetrokken gebouwen van hotel en spa. Er is gebruik gemaakt van oude materialen, waardoor je bijna vergeet dat alles betrekkelijk nieuw is. Dat gevoel blijft als je de receptie betreedt: een oude klavecimbel, Louis XV stoeltjes op klassieke tapijten en grote ramen uitkijkend op een romantische vijver waar hagelwitte pauwen elegant langs de oever stappen. Ook op onze ruimte kamers veel [grandeur]: antiek, gordijnen van zware stoffen en balkonnetjes uitkijkend over de wijnvelden. Alles is even verzorgd, van het fruit op de kamer tot aan de rijk gevulde minibar waarin we naast drankjes ook een verfrissende gezichtsspray aantreffen. Buiten bloeien bloesems uitbundig en op het terras met witte gietijzeren stoeltjes drinken gasten met grote zonnebrillen hun café au lait. De lunch krijgen we geserveerd in het restaurant 'La Table du Lavoir', gebouwd op de fundamenten van een voormalig washuis. De menu's, **bevestigd** op oude wasplankjes, zijn hier een speelse verwijzing naar. We krijgen er een verrukkelijke lunch van asperges en zachte witvis in een 'vijvertje van waterkers' met daarbij een koel glas witte wijn van eigen bodem. Ik heb nog geen behandeling ondergaan en voel me nu al volkomen ontspannen.

Serene rust

De spa van les Sources de Caudalie is ruim opgezet, maar er worden per dagdeel niet meer dan dertig personen behandeld, waardoor er altijd een serene rust hangt. De lichtval is er prachtig dankzij de vele hoge ramen en een geraffineerd gebruik van houten [shutters]. Er is een ruim binnenzwembad met massagestralen en een terras met uitzicht over de tuin, de jacuzzi en het buitenzwembad.

Delphine Duffour, de spamanager, legt me uit waarop de hier ontwikkelde vinotherapie is gebaseerd. Je gaat hier niet letterlijk baden in wijn, maar wordt wel figuurlijk ondergedompeld in allerlei behandelingen op basis van druivenextracten. Het heilzame zit 'm in de stof polyphenol, rijkelijk aanwezig in de pit en de schil van de druif, die vrije radicalen op de huid bestrijdt en hiermee het ouderdomsproces vertraagt. Ook de pulp van de druif is waardevol als grondstof voor de vinotherapie-producten vanwege het vocht. Zelfs in de steeltjes zit een sterke antioxidant, resveratrol. Alles van de druif wordt gebruikt voor alle 45 producten die worden gebruikt bij de hier ontwikkelde massages, baden en gezichtsbehandelingen. De term vinotherapie mag daarom in feite ook alleen hier gebruikt worden en in de inmiddels geopende overige Caudalie-vestigingen in Parijs, Amerika en Spanje. Maar de mooiste is toch wel hier, letterlijk bij de [source], tussen de uitgestrekte wijnvelden van de Bordeaux.

#### Oppepper

Na een kort bezoek aan de hamam is het tijd voor mijn serie behandelingen. Een kordate Franse stopt me eerst in een bubbelbad, dat eruit ziet als een groot wijnvat. Ze giet een glaasje druivenextract in het water en essentiële oliën geperst uit druivenpitten. Daarna volgt een stevige Crushed Cabernet Scrub met een mengsel van druivenpitten, suiker en honing. Met al deze puurnatuurproducten nog op mijn huid wordt ik ingepakt in plasticfolie om de heilzame ingrediënten hun werk te laten doen. Na het afspoelen volgt nog een korte massage.

Alles is even heerlijk; de producten ruiken heerlijk, de wetenschap dat ze gemaakt zijn van natuurlijke ingrediënten is heel prettig en de loungemuziek die klinkt op de achtergrond is precies van de goede soort. En daarbovenop komt dan nog de Grand Facial, een aandachtig uitgevoerde gezichtsbehandeling, aangevuld met een drukpunt- en voetenmassage. Echt het summum. Als ik mezelf daarna met een zachte huid en fris gezicht in de badjas hijs, voel ik dat ik echt een enorme oppepper heb gehad. Ik heb energie voor tien en fiets diezelfde middag moeiteloos vele kilometers door de bossen en wijnvelden.

#### Sterrendiner

's Avonds kun je hier dineren 'Grand Vigne', het tweede restaurant van les Sources de Caudalie. Indrukwekkend feit is dat chefkok Nicolas Masse in 2010 een Michelin-ster heeft gekregen. Je verwacht daardoor onbewust een enorm chique bedoening, maar dat blijkt reuze mee te vallen. Er zitten zelfs hele gezinnen met kinderen en baby's aan tafel. We proberen onze keuze te maken op basis van de Franse menukaart, maar de chefkok gebruikt zoveel bijzondere ingrediënten, dat we toch maar om de Engelse versie vragen. En zien dan dat onze fotograaf bijna een risotto met hanenkam en hanenniertsjes had besteld. Helemaal in lijn met de omgeving is dat op de menukaart ook het aantal calorieën per gerecht staat vermeld. Maar wij trekken ons daar niets van aan, wij zijn hier om te genieten van de Franse paradox, van de ochtend tot de avond, van spa tot diner!

(teksten bewaren voor bijschriften)

Waarbij niet de hoeveelheid, maar vooral de kwaliteit hoog in het vaandel wordt gedragen. Zo laat Daniel bijvoorbeeld zijn wijnen niet rijpen in roestvrijstalen vaten maar in eikenhouten tonnen, met de hand gemaakt van duurzaam hout op een speciale werkplaats naast het château. Ook heeft hij het machinale oogsten vervangen door het met de hand knippen van de druiven en probeert hij alles zoveel mogelijke ecologische te

verbouwen zonder chemische bestrijdingsmiddelen. De druif in dit gebied is van een bijzonder hoge kwaliteit, door de vele stenen die zich hier in de bodem bevinden. Dit creëert een extra krachtige druif. Inmiddels behoren de wijnen zelfs tot de premier Cru-classificatie, de hoogst haalbare in de Bordeaux. Caudalie betekent de afdronk, de meeteenheid om uit te drukken hoe lang een wijn nog blijft nasmaken in je mond. En hier baad je letterlijk in de bronnen (Les Sources) van deze smaaksensatie.

Zo zijn de daken bijvoorbeeld gemaakt van het hout uit de oude wijnkelders van Château Rothschild.

### **Lezersaanbieding**

Speciaal voor de lezers van Happinez is er een arrangement samengesteld: twee overnachtingen op basis van halfpension (één keer dineren bij La Table du Lavoir en één keer bij Grand'Vigne) plus drie behandelingen in de spa en een rondleiding in het Château.

Prijs: €536 p.p. in laagseizoen en €658 p.p. in hoogseizoen o.b.v. tweepersoonskamer in een Comfort Room.

Kijk voor meer informatie op [www.happinez.nl/lezersaanbiedingen](http://www.happinez.nl/lezersaanbiedingen)