

We're sorry, this article is only available in English.



Slow travel à l'anglaise, un nouveau départ pour 2026

En 2026, on appuie sur pause, et on part se ressourcer dans les plus beaux recoins de Grande-Bretagne. Massage aux pierres chaudes au cœur d'un domaine forestier du Perthshire, sauna mobile le long de la côte du Pembrokeshire, randonnée sur le tout nouveau sentier côtier du Yorkshire, dîner sous les étoiles dans le Northumberland ou ascension du mont Snowdon à la lumière de la lune, en 2026, bien-être, paysages sauvages et expériences culinaires innovantes nourriront à la fois l'esprit, le corps et les papilles.

Bien-être	Angleterre	Les Lowlands d'Écosse	Nord du Pays de Galles
Nord-Est de l'Angleterre	Nord-Ouest de l'Angleterre	Scotland	
Sud-Ouest de l'Angleterre	Pays de Galles	Ouest du Pays de Galles	

Inspirer, expirer, recommencer : retraites bien-être et pleine conscience

Rien de tel que de démarrer l'année par une retraite placée sous le signe de la pleine conscience. En Écosse, le [Dunkeld House Hotel](#), un manoir géorgien 4* transformé en hôtel sur les rives de la rivière Tay, dans le Perthshire, marie patrimoine écossais, décoration contemporaine et bien-être. Les soins vont du bain aux algues des Hébrides aux massages aux pierres chaudes ishga. Après une journée de détente, les visiteurs peuvent parcourir le domaine, où des sentiers boisés paisibles prolongent la thérapie par un bain de nature.

Au Pays de Galles, le bien-être se fait nomade avec [Wildwater Sauna](#), un sauna sur roues chauffé au bois qui parcourt la côte du Pembrokeshire. Une semaine, les visiteurs peuvent se relaxer au bord de la mer à Broad Haven, avec vue imprenable sur St Brides Bay ; la semaine suivante, ils se retrouvent entourés de falaises escarpées à Porthclais Harbour. Chacun peut choisir sa destination ou suivre le sauna pour profiter du grand air gallois sous un angle inédit. Dans le Lake District en Angleterre, le [Farlam Hall Hotel and Restaurant](#) accueille la Sycamore Retreat, où les soins holistiques comme des massages aux pierres chaudes ou des soins du visage au jade, sont suivis d'un dîner gastronomique étoilé Michelin au [Cedar Tree par Hrishikesh Desai](#).

Près de Lyme Regis, sur la Jurassic Coast, [Louma](#) offre aux visiteurs une connexion directe avec la terre. Cet hôtel de campagne combine une cuisine à base de produits locaux à un programme de bien-être constitué de séances de yoga, de baignades en plein air et d'ateliers créatifs. Entourés des paysages vallonnés du Dorset, les visiteurs peuvent également explorer les vignobles locaux pour des dégustations ou partir en balade à cheval. Les produits de la ferme alimentent la cuisine, tandis que des jardins paisibles, une salle de sport et la lumineuse Wellness Barn offrent des espaces pour se ressourcer. À Manchester, [Kontrast](#) introduit le bien-être nordique au cœur de la ville avec le premier café britannique combinant sauna et bain glacé. Les visiteurs alternent entre chaleur intense et plongeon dans l'eau froide, puis se réchauffent avec un café spécial ou un matcha.

Sentiers, sommets et clair de lune : explorer la nature de Grande-Bretagne

L'hiver révèle un nouveau visage spectaculaire de la Grande-Bretagne, où les sentiers embrumés et les longues nuits étoilées rendent les paysages encore plus beaux et mystérieux. L'Angleterre a dévoilé un joyau supplémentaire : les 42 derniers miles du [King Charles III England Coast Path](#), entre Easington et Bridlington dans le Yorkshire, viennent d'ouvrir, complétant ainsi un itinéraire continu de la frontière écossaise jusqu'à Gibraltar Point dans le Lincolnshire. Ce littoral sauvage, souvent plus calme en hiver, offre aux randonneurs des plages balayées par le vent et des falaises vertigineuses, baignées par l'air frais de la mer. A [Dumble Farm](#), des expériences de bien-être originales comme le « cow cuddling » permettent aux visiteurs de se détendre en compagnie de paisibles vaches des Highlands. A Manchester, [Castlefield Viaduct](#), viaduc en acier de l'époque victorienne a été transformé en un véritable « ? jardin dans le ciel? », mêlant métal et végétation pour reconnecter la ville à son passé industriel. Les visiteurs peuvent flâner sur des passerelles surélevées bordées de sorbiers et de rosiers en fleurs, et explorer des espaces comme l'Urban Forest Garden et l'Heritage Garden, chacun conçu pour mettre en valeur les espèces locales.

Pour ceux qui souhaitent adopter un rythme plus lent, [Adventures for the Soul](#), dans le nord du Yorkshire, propose un programme de promenades nocturnes, d'observation des étoiles et même

de bains de lune, conçu pour aider les visiteurs à se reconnecter avec la nature. Parmi les temps forts?: des randonnées guidées de cinq miles au clair de lune, des récits de mythes et légendes locales, ainsi que des moments pour explorer le ciel nocturne, ses constellations et planètes. Au Pays de Galles, les offres bien-être rivalisent d'inventivité pour renouer avec la nature. Dans le Parc National du Pembrokeshire, on peut se ressourcer au [Hwyl Outdoor Sauna](#) à Saundersfoot. Ici, la chaleur apaisante et les immersions en eau froide éveillent les sens, face aux plages de sable et aux vagues déferlantes. Dans la campagne du Yorkshire, [Pool Bridge Farm](#) organise chaque mois des bains de pleine lune dans ses piscines et lacs en plein air, invitant les visiteurs à se reconnecter avec la nature sous le ciel étoilé et à profiter d'une recharge cosmique. Avant et après la baignade, les invités peuvent se réchauffer et se détendre dans un sauna.

De cueillette en festins : expériences gourmandes inédites

D'une session de pêche à pied à un diner gastronomique dans les collines, la scène culinaire britannique offre de multiples raisons de s'aventurer outre-Manche cet hiver. En Angleterre, la [Vegetarian Society Cookery School](#), dans la région de Greater Manchester, propose des ateliers encourageant un mode de vie à base de plantes. Les programmes vont des techniques de découpe à la réalisation de plats végétariens du monde entier, notamment des currys indiens et de la street food japonaise. Parallèlement, [Flavours of Manchester](#) propose des visites de trois à quatre heures à travers les rues et marchés de la ville, mêlant histoires culinaires et dégustations de bières artisanales et de cuisine internationale.

Sur la côte du nord du Pays de Galles, à proximité du parc national de Snowdonia (Eryri), le [Wild Food People Coastal Foraging Course](#) apprend aux participants à identifier et cuisiner les trésors comestibles trouvés le long du littoral. Dans le Devon, au pied du parc national de Dartmoor, [Fowlescombe Farm](#) allie agriculture biologique et apprentissage : les visiteurs peuvent y découvrir l'agriculture régénératrice et participer à des activités telles que le design alimentaire, la cueillette et la fabrication du pain. Dans le Northumberland et les Scottish Borders, le prestataire de séjours de luxe Crabtree and Crabtree a lancé des [Epicurean Experiences](#), associant séjours à la campagne à des dîners sous les étoiles, des ateliers de cocktails et des repas en plein air. Les visiteurs peuvent savourer leur repas dans la lande et sur le littoral, faisant du paysage un élément essentiel de cette expérience sensorielle.