



WELLNESS LUXURY HOTEL

MASTERCLASS AIME X LILY OF THE VALLEY

«LE POUVOIR DE L'ASSIETTE»

DU 20 AU 23 JANVIER 2026





MASTERCLASS AIME x LILY OF THE VALLEY

«LE POUVOIR DE L'ASSIETTE»

DU 20 AU 23 JANVIER 2026

Pour la cinquième année consécutive, AIME s'installe à Lily of the Valley pour une masterclass autour de la nutrition. Aux côtés de la nutritionniste Claire Borwin, Mathilde Lacombe explorera l'importance du bien manger pour créer un équilibre durable loin des tendances et proche de ses besoins.

C'est un véritable séjour wellness qui vous attend: au-delà des talks dédiés au pouvoir de l'assiette, Claire Borwin vous accueillera pour un bilan nutritionnel individuel. Vous découvrirez également un soin AIME dans les mains expertes de nos thérapeutes et aurez l'occasion de prendre part à un cours intimiste de Pilates reformer.

Tout au long du séjour, les moments partagés — déjeuners, dîners, visites et ateliers — seront autant d'occasions de se rencontrer, d'échanger, et de se reconnecter à soi. Parmi eux, une visite de Saint-Tropez, et un atelier cuisine co-animé par Claire Borwin et les Chefs de Lily of the Valley où les participantes seront invitées en cuisine pour l'élaboration d'un plat.

UN CERCLE RESTREINT POUR DES ÉCHANGES CONCRETS

Pensée pour un petit nombre de participantes, cette masterclass privilégie l'intimité et la qualité des échanges. Ce format confidentiel permet à chacune de trouver sa place, de poser ses questions, de partager son expérience — sans filtre ni jugement.

TALKS ET ATELIER: PENSER ET AGIR AUTREMENT

Pensés comme des temps d'échange, les talks menés par Mathilde Lacombe et Claire Borwin abordent l'alimentation comme un pilier d'équilibre durable. Sans dogme ni restriction, ils invitent à mieux comprendre son corps, ses besoins, et à construire une routine plus juste. Les ateliers, eux, donnent vie à ces idées : bilan nutritionnel personnalisé et cours de cuisine, autant de moments concrets pour apprendre à prendre soin de soi avec plaisir.

GASTRONOMIE, SOIN & SPORT

L'accent de cette masterclass sera mis sur la nutrition à travers les talks, l'atelier cuisine mais également la gastronomie saine et luxueuse du Chef Vincent Maillard que vous aurez l'occasion de découvrir à chaque repas. Un soin AIME individuel et un cours de Reformer en petit comité sont également inclus pour un séjour centré sur le bien-être.

Le tarif comprend l'hébergement, la pension complète (hors boissons alcoolisées), le cours de reformer, le soin, les talks et les activités. Le transport et le transfert jusqu'à l'hôtel seront à votre charge.

Tél +33 (0)4.22.73.22.00 - reservations@lilyofthevalley.com - lilyofthevalley.com



MASTERCLASS AIME x LILY OF THE VALLEY

«LE POUVOIR DE L'ASSIETTE»

DU 20 AU 23 JANVIER 2026

JOUR 1

Accueil des participants au fil de la matinée

13h - Welcome lunch au Vista

15h - Talk : Le pouvoir de l'assiette par Claire Borwin & Mathilde Lacombe

18h - Soin AIME au Shape Club

20h - Dîner au Vista

JOUR 2

08h - Petit-déjeuner

09h - Visite de Saint-Tropez

13h - Déjeuner au Vista

16h - Bilan nutritionnel avec Claire Borwin

17h - Temps libre

20h - Dîner au Vista

JOUR 3

09h - Petit-déjeuner

10h - Reformer

13h - Déjeuner au Vista

15h - Talk : Les points clés pour un mode de vie équilibré à travers la nourriture et adapté à soi

20h - Dîner au Vista

JOUR 4

09h - Petit-déjeuner

10h - Atelier cuisine co-animé par les Chefs de Lily of the Valley et Claire Borwin

12h - Farewell lunch au Vista

Ce planning sera individualisé pour chaque participante.

Tél +33 (0)4.22.73.22.00 - reservations@lilyofthevalley.com - lilyofthevalley.com



MASTERCLASS AIME x LILY OF THE VALLEY

«LE POUVOIR DE L'ASSIETTE»

DU 20 AU 23 JANVIER 2026

MATHILDE LACOMBE

Co-fondatrice de la marque AIME, Mathilde Lacombe réinvente le soin de la peau en imaginant une nouvelle routine qui allie produits cosmétiques et compléments alimentaires. La marque repense la beauté comme une philosophie globale avec des gestes simples permettant de renouer avec son équilibre intérieur.

CLAIRE BORWIN

Avec plus de 20 ans d'expérience, Claire est passionnée par la micronutrition et la phytothérapie. Elle a longtemps exercé au sein d'un laboratoire de compléments alimentaires, ce qui fait d'elle une véritable experte de la santé intérieure. Aujourd'hui, elle enseigne et intervient régulièrement en conférence, notamment sur le microbiote intestinal.

TALK 1 LE POUVOIR DE L'ASSIETTE

Aux côtés de Mathilde Lacombe, fondatrice d'AIME, et de Claire Borwin, experte en nutrition, ce premier échange pose les bases d'une alimentation qui soigne, équilibre et révèle. Loin des injonctions, ce talk explore le lien direct entre ce que nous mangeons, notre santé globale et notre bien-être intérieur. Une conversation à deux voix pour redonner à l'assiette son pouvoir essentiel.

TALK 2 MIEUX MANGER, MIEUX VIVRE: UNE APPROCHE PERSONNALISÉE DE L'ÉQUILIBRE

Et si mieux manger, c'était déjà mieux vivre ? Dans ce deuxième temps fort, Mathilde Lacombe et Claire Borwin partagent leur approche d'un mode de vie plus apaisé, plus aligné, plus juste - grâce à une alimentation personnalisée et à des gestes simples du quotidien. L'occasion de comprendre les besoins réels de son corps, d'interroger ses habitudes, et d'apprendre à créer un équilibre durable, loin des tendances et proche de ses besoins.



INFORMATIONS PRATIQUES

CONTACT

lilyofthevalley.com

+33 (0)4.22.73.22.00

reservations@lilyofthevalley.com

ACCÈS

Hôtel Lily of the Valley

Presqu'île de Saint-Tropez

Boulevard Abel Faivre, Quartier de Gigaro

83420 LA CROIX-VALMER - FRANCE