

# 323 acres de bien-être.

## SPA EASTMAN

DEPUIS 1977



- I Pavillon principal**  
Section de thermothérapie  
Restaurant - Cuisine Tonique  
Salon Namasté  
Salle Lac Orford  
Salle Lac Stukely  
Salle Lac d'Argent  
Studio
- 2 Kaufman**
- 3 Maison Canadienne**
- 4 Bois cordé**
- 5 Volets bleus**
- 6 Dumoulon**
- 7 Oasis 1**  
Salle Waridel
- 8 Oasis 2**
- 9 L'Ermitage**
- 10 La Verrière**  
La Source (2e étage)
- 11 Départ des sentiers**
- 12 Piscine extérieure**
- 13 Jardin**
- 14 Gazebo**

# Sentiers certifiés Shinrin Yoku

Informez-vous à la réception  
sur la tenue des marches  
et initiations mensuelles



## Réseau des sentiers

	Pavillon principal		2A	0,3 km	5 - 10 min
	Sentiers Spa Eastman		3	1,2 km	25 - 35 min
	Les boisés de la Héronnière		4	1,3 km	25 - 35 min
	I		5	0,6 km	10 - 20 min
	2		6	1,0 km	20 - 30 min

### Psst.

Les durées ont été calculées en fonction d'une vitesse de 2 à 3 km par heure. Étant donné que chaque individu possède son propre rythme et que les conditions météorologiques peuvent ralentir votre cadence, prévoyez-vous toujours un peu plus de temps pour vos rendez-vous et massages afin d'éviter les mauvaises surprises.