



WELLNESS LUXURY HOTEL

MASTERCLASS THE NEW WELL X LILY OF THE VALLEY

« LE VISAGE ET L'ASSIETTE :
DEUX CHEMINS VERS UNE BEAUTÉ SAINE ET DURABLE »

DU 01 AU 04 DÉCEMBRE 2025





MASTERCLASS THE NEW WELL x LILY OF THE VALLEY

«LE VISAGE ET L'ASSIETTE :
DEUX CHEMINS VERS UNE BEAUTÉ SAINE ET DURABLE»

DU 01 AU 04 DÉCEMBRE 2025

The New Well, évènement dédié au futur de la beauté et du bien-être, imaginé par Tiffany Buathier s'installe à Lily of the Valley pour une masterclass. Durant ce séjour, deux approches complémentaires se rencontreront: celle d'Aurélia Del Sol, fondatrice de Face Soul Yoga, qui explore le visage comme un lieu d'expression, d'émotion et de régénération ; et celle d'Amandine de Paepe, nutritionniste et fondatrice d'Insentials, qui replace l'alimentation au cœur d'un équilibre durable et d'une beauté construite de l'intérieur.

Ces quatre jours de masterclass seront l'occasion de prendre part à cette conversation croisée tout en profitant du cadre de Lily of the Valley. Coachings extérieur, soin au Shape Club et menus sains et luxueux imaginés par le Chef Vincent Maillard seront votre quotidien durant ces quatre jours pour une réelle pause, où l'on prend véritablement soin de soi.

UN CERCLE RESTREINT, UNE DYNAMIQUE PUISSANTE

C'est avec un petit groupe de participantes que vous partagerez ce séjour pour vivre des moments privilégiés. Le cadre bienveillant de Lily of the Valley en fait un environnement propice à l'échange et au partage d'expériences.

ATELIERS & TALKS POUR SE RECONNECTER À SOI

Cette masterclass invite à prendre soin de soi et à préserver sa longévité grâce à la mise en place de routines simples et efficaces. À travers ses ateliers Face Soul Yoga et ses séances sportives, Aurélia Del Sol vous aidera à vous reconnecter à votre corps et à votre esprit pour se sentir bien à l'intérieur et rayonner à l'extérieur. Amandine de Paepe et son expertise nutritionnelle vous permettra de mieux comprendre votre organisme et les habitudes à adopter pour un corps sain de manière durable.

SPORT & GASTRONOMIE SAINE ET LUXUEUSE

Au rythme de la masterclass, le mouvement s'intègre naturellement à vos journées. Les séances de yoga, pilates ou face massage sont pensées pour relancer l'énergie, ancrer les idées, et vous accompagner selon votre propre rythme. À chaque repas, la cuisine de Lily of the Valley prolonge cette même philosophie. Une gastronomie saine, généreuse, portée par le produit et la simplicité juste.

Le tarif comprend l'hébergement, la pension complète (hors boissons alcoolisées), les cours de sport et les ateliers.

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 THE NEW WELL x LILY OF THE VALLEY

«LE VISAGE ET L'ASSIETTE :
DEUX CHEMINS VERS UNE BEAUTÉ SAINE ET DURABLE»

DU 01 AU 04 DÉCEMBRE 2025

JOUR 1

Accueil des participantes au fil de la matinée

13h - Welcome lunch au Vista

15h - Talk 1 - Le pouvoir caché d'un foie détoxifié avec Amandine de Paepe

18h - Méditation & stretching avec Aurélia Del Sol

20h - Dîner au Vista

JOUR 2

08h - Petit-déjeuner

10h - Rendez-vous individuel avec Amandine de Paepe

13h - Déjeuner au Vista

15h - Talk 2 - Le foie, allié de votre routine beauté avec Amandine de Paepe & Aurélia del Sol

18h - Massage du visage par Aurélia Del Sol et séance led

20h - Dîner au Vista

JOUR 3

08h - Petit-déjeuner

10h - Yoga Vinyasa avec Aurélia del Sol

12h - Déjeuner au Vista

15h - Talk 3 - Trouver des routines adaptées pour un bien-être durable avec Tiffany Buathier & Aurélia del Sol

18h - Breathwork & yoga sculpt avec Aurélia Del Sol

20h - Dîner au Vista

JOUR 4

08h - Petit-déjeuner

09h - Randonnée

11h - Face Soul Yoga & Pilates avec Aurélia Del Sol

13h - Farewell lunch au Vista

Ce planning indicatif sera individualisé pour chaque participante.

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



MASTERCLASS THE NEW WELL x LILY OF THE VALLEY

«LE VISAGE ET L'ASSIETTE :
DEUX CHEMINS VERS UNE BEAUTÉ SAINE ET DURABLE»

LES INTERVENANTES

TIFFANY BUATHIER - THE NEW WELL

Entrepreneure et maman de trois enfants, Tiffany Buathier débute en fondant petitHood, un e-shop et magazine lifestyle dédié à l'univers de l'enfant. Spécialiste en stratégie de marque et en décryptage des tendances, elle accompagne depuis plus de dix ans les marques dans la création d'univers justes et inspirants. En 2020, elle fonde The New Well, un média digital consacré à la beauté et au bien-être suivi du premier festival dédié au futur de ces univers, rassemblant plus de 100 marques et accueillant 6 000 visiteurs, à la fois professionnels et grand public.

AURÉLIA DEL SOL - FACE SOUL YOGA

Aurélia Del Sol est facialiste, professeure de yoga et fondatrice de Face Soul Yoga, une méthode holistique qui relie soin du visage, émotions et mouvement conscient. Formée en techniques manuelles, en anatomie énergétique et en yoga du visage, elle développe une approche unique du bien-être, à la fois ancrée, sensorielle et profondément humaine. Elle guide des méditations et pratiques somatiques pour accompagner la reconnexion au corps et à soi, et forme des praticiennes à sa méthode en France et à l'international.

AMANDINE DE PAEPE - INSENTIALS

Formée en sciences biomédicales à l'Université de Gand, puis titulaire d'un master européen en études alimentaires, Amandine De Paepe a étudié dans plusieurs universités de renom à travers l'Europe. Son parcours académique, enrichi par des spécialisations en nutrition et en nutrition orthomoléculaire, l'a d'abord conduite au secteur pharmaceutique avant de fonder en 2020 Nutri-Médecine, un cabinet de conseil nutritionnel médical et personnalisé.

Son engagement prend une dimension personnelle après un parcours de fertilité marqué par six fausses couches, où elle découvre qu'un foie surchargé était à l'origine de résistances à l'insuline et de carences impactant sa santé. Forte de cette expérience et de ses connaissances scientifiques, elle crée Insentials et écrit le livre « Il était un foie » : une mission pour replacer le foie au centre du bien-être féminin, avec une approche fondée sur la science, la prévention et la personnalisation.



MASTERCLASS THE NEW WELL x LILY OF THE VALLEY

«LE VISAGE ET L'ASSIETTE :
DEUX CHEMINS VERS UNE BEAUTÉ SAINE ET DURABLE»

LES TALKS

TALK 1

LE POUVOIR CACHÉ D'UN FOIE DÉTOXIFIÉ AVEC AMANDINE DE PAEPE ET TIFFANY BUATHIER

Le foie assure plus de 500 fonctions vitales, dont la détoxification, le métabolisme et la synthèse hormonale. Pourtant, plus de 34 % de la population souffre d'un foie en surcharge, souvent sans le savoir. Lors de ce talk, Amandine de Paepe expliquera, à partir de données scientifiques, comment mieux soutenir cet organe. Un foie équilibré favorise une meilleure digestion, une énergie stable et un teint plus homogène. Il contribue aussi à réduire la fatigue et à limiter les envies alimentaires incontrôlées. Une rencontre pour comprendre, décoder les signaux du corps et agir efficacement.

TALK 2

LE FOIE, L'ALLIÉ CACHÉ DE VOTRE ROUTINE BEAUTÉ AVEC AMANDINE DE PAEPE ET TIFFANY BUATHIER

La peau reflète directement l'état interne du corps, et le foie y joue un rôle clé. Il régule la détoxification, le métabolisme lipidique et les radicaux libres, influençant ainsi l'éclat du teint. Lors de ce talk, Amandine de Paepe montrera comment un foie optimisé améliore la qualité de la peau. Moins d'imperfections, prévention du vieillissement et atténuation des signes de fatigue en sont les bénéfiques. Vous découvrirez les liens entre santé hépatique et barrière cutanée. Une rencontre où science et beauté naturelle se rejoignent.

TALK 3

LE VISAGE COMME MIROIR DE L'ÂME : SE RECONNECTER À SOI AVEC LA MÉTHODE FACE SOUL YOGA AVEC AURÉLIA DEL SOL ET TIFFANY BUATHIER

Le visage révèle bien plus que notre apparence : il est le reflet de nos émotions, de nos tensions et de notre énergie intérieure. Lors de cet atelier, Aurélia Del Sol vous invitera à découvrir sa méthode Face Soul Yoga, qui combine yoga du visage, auto-massage et respiration consciente. Cette approche holistique aide à libérer les blocages, apaiser l'esprit et nourrir une beauté qui vient de l'intérieur. Vous apprendrez des techniques simples et accessibles pour intégrer ces rituels bien-être à votre quotidien à travers différents ateliers tout au long du séjour.



—
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