



LA REUNION  
L'ILE INTENSE

MON PROCHAIN VOYAGE



# SOMMAIRE

## 3 La Réunion

Vous avez dit "l'île intense"

## 4 Intensément nature

- L'île 100% nature
- L'île de beauté de l'océan Indien
- Le Jardin Luxuriant
- Une faune haute en couleur
- Le berceau de l'écotourisme
- Une aire de jeu XXL

## 18 Intensément culture

La Réunion des cultures

## 26 Intensément créole

Des papilles en fête

## 32 Intensément bien-être

Un cocon de douceur pour les vaillants baroudeurs

## 34 Intensément expérientielle

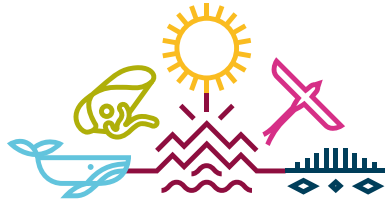
- Zistoir d'ici
- Temps suspendu
- Zeste d'insolite
- Parenthèse décalée



# LA RÉUNION

## VOUS AVEZ DIT “L’ÎLE INTENSE” ?

La Réunion est une île unique au monde : on peut choisir d’y passer ses journées à s’étirer sous la caresse du soleil, à affronter ses montagnes en traileur aguerri, à se laisser hypnotiser par ses fonds marins ou à découvrir les subtilités de la langue créole en compagnie de ses chaleureux habitants. On peut choisir d’y faire tout cela, et plus encore !



**LA RÉUNION**  
**L’ÎLE INTENSE**



Avec ses pitons, cirques et remparts, inscrits au patrimoine mondial par l’Unesco et ses plus de 200 microclimats, La Réunion est une île tropicale qui fait fi des clichés. Des paysages de cartes postales, oui, mais surtout une combinaison de paysages qu’on ne voit nulle part ailleurs ! En seulement quelques heures, il est possible de passer du bleu cristallin du lagon au vert éclatant des cirques vertigineux. En quelques jours, c’est un tour du monde réel et imaginaire qui s’offre à vous ! Profitez de ce voyage pour assouvir votre soif de découverte et laissez-vous aller à de nouvelles sensations : l’impression de marcher sur la Lune à la Plaine des Sables, de pénétrer dans le royaume luxuriant de Mafate et de plonger dans *Le Monde de Nemo* à l’Hermitage.

La Réunion, c’est 2500 km<sup>2</sup> de paysages grandioses et autant d’aventures à vivre. C’est aussi une incroyable mosaïque de cultures vivant en parfaite harmonie. Après avoir découvert ce petit bijou au milieu de l’océan Indien, vous rentrerez chez vous avec un “*sourir en trans papay\**” et l’envie de revenir au plus vite !

Vous voulez caresser des yeux un volcan qui ne mord pas ? Vous rêvez de faire la fiesta avec une foule de poissons multicolores ? Vous avez envie de réveiller vos papilles ? Vous brûlez de méditer loin de vos contraintes du quotidien à l’abri d’un cirque féérique ? Vous voulez vibrer ? Alors La Réunion est faite pour vous !

Retrouvez toutes nos activités et tous nos prestataires dans la rubrique Loisirs de notre site Internet : [www.reunion.fr](http://www.reunion.fr)

\*Le Sourire jusqu’aux oreilles





# INTENSÉMENT NATURE

Avec ses paysages contrastés nés d'une multitude de microclimats et ses espèces endémiques incroyables, la nature réunionnaise offre un spectacle de haute volée.

© IRT / FROC 974 Photographies



# L'ÎLE 100% NATURE

*Les chiffres donnent le tournis : près de 2 000 espèces de plantes, dont 848 espèces indigènes, une faune variée et carnavalesque, 3 500 espèces aquatiques, 2 512 km<sup>2</sup> de panoramas spectaculaires, 100 000 hectares de Parc National, 2 massifs volcaniques, 900 kilomètres de chemins balisés, 3 sentiers de Grande Randonnée, 3 cirques spectaculaires, dont 1 exclusivement piéton, 1 volcan hyperactif, de nombreuses forêts, plus de 300 cascades dont les 3 plus hautes de France, environ 20 sites d'escalade sur plus de 6 000 mètres cumulés...*

L'île de La Réunion est sans aucun doute une beauté peu commune, qui ne compte pas pour des prunes ! En plus, ce joyau de l'océan Indien à la biodiversité aussi rare que fragile, offre une myriade de splendeurs naturelles préservées. Autant de visions enchantées, dont on ne se lasse jamais. Parce que tout doit être mis en œuvre pour les protéger, l'écotourisme se prête merveilleusement à la biodiversité réunionnaise. Cerise sur le *gâteau patate*, il existe 1 000 façons de profiter des charmes de l'île intense !

Vous rêvez de passer vos vacances à La Réunion allongé sur le sable chaud, un bon polar dans une main et un verre de *Ti Punch* dans l'autre ? C'est possible. Mais vous pouvez aussi profiter d'une cascade d'activités toutes plus jouissives les unes que les autres. Sur terre, en mer, ou dans les airs, un tourbillon de plaisirs et de distractions vous attend ! Tout est à votre disposition pour profiter de l'île et l'admirer sous tous les angles !

Alors, que vous ayez la nonchalance d'un margouillat ou l'énergie d'un Tuit-tuit, faites comme Buzz l'Éclair et élanchez-vous vers l'infini, et au-delà !

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.  
À consommer avec modération.*



© IRT / Serge Gélabert



© IRT / FROCC 97A Photographies

# L'ÎLE DE BEAUTÉ DE L'OCÉAN INDIEN

*Grâce à son écosystème préservé, l'île volcanique de La Réunion est une vraie reine de beauté. 100% naturelle qui plus est ! Son joli palmarès a de quoi faire des envieux : elle est régulièrement classée parmi les plus belles îles du monde, sa biodiversité remarquable est mondialement reconnue, 42% de son territoire est inscrit au patrimoine mondial par l'Unesco et elle héberge un volcan réputé parmi les plus actifs de la planète ! Reliefs tourmentés, forêts primaires, réserves naturelles, plages paradisiaques, volcan plein de vie... Les paysages de l'île sont pure féérie ! Alors ouvrez grand vos yeux et partez à la découverte de prodigieux trésors naturels !*

## DESCIRQUES À COUPER LE SOUFFLE

Les trois cirques de l'île, disposés en trèfle autour du Piton des Neiges, sont inscrits au patrimoine mondial par l'Unesco et rivalisent de beauté. Ces sites grandioses sont protégés par des remparts de roche et de verdure. Une multitude de cascades dévalent sur leurs pentes couvertes de fougères arborescentes ou de forêt primaire.

Le mystique Mafate se mérite : il est accessible à pied uniquement. À Salazie se trouvent certaines des plus belles cascades de l'île, sans oublier Hell-Bourg, seule commune d'Outre-mer classée parmi le plus beaux villages de France !

Enfin, n'hésitez pas à parcourir la "route aux 400 virages" pour vous délasser au cœur du majestueux Cilaos, en profitant de ses sources... Ou pour vous lancer à l'assaut du Piton des Neiges !



© IRT / Lionel Ghighti



© IRT / Serge Célabert



## DES PAYSAGES LUNAIRES

Les coulées de lave successives du Piton de la Fournaise sont descendues jusqu'à l'océan et ont agrandi l'île d'une bien jolie manière. Le décor de la côte du Sud Sauvage constitue une sorte de happening visuel entre falaises escarpées de basalte, vert de la végétation luxuriante et bleu profond de l'océan Indien.

La route des laves vaut à elle-seule le trajet avec ses coulées figées pour l'éternité. Mais la découverte du Piton de la Fournaise n'en reste pas moins vivement recommandée! Avant d'arriver au Pas de Bellecombe, point de départ de la randonnée vers le volcan, il vous faut traverser la Plaine des Sables et son sol de laves durcies et de scories brunes-orangées... Vous avez alors l'impression d'être arrivé sur la Lune!

En réalisant ce fantasme à près de 400 000 kilomètres du commun des mortels, sans quitter la terre, vous pouvez vous prendre pour Neil Armstrong! Puis, une fois dans l'enclos du mystérieux dragon, vous foulez la lave durcie et découvrez un paysage presque entièrement minéral, contrastant avec la végétation luxuriante présente sur le reste de l'île.



© IRT / Gabriel Barathieu

## UN VOLCAN EXPLOSIF

*"Le volcan la pété!"* Si vous entendez cette expression durant votre séjour à La Réunion, n'ayez crainte! Au contraire, cela veut dire que vous faites partie des chanceux: la rock star de l'île s'est réveillée pour éblouir une nouvelle fois ses nombreux fans avec un spectacle son et lumière inoubliable. Le Piton de La Fournaise compte parmi les volcans les plus actifs au monde! Un brin vaniteux, il aime s'offrir en spectacle, rugir et rappeler qui est le boss sur l'île. Ce colosse, âgé d'environ 500 000 ans et culminant à 2 631 mètres, se réveille tous les neuf mois en moyenne.

Non explosif, il est inoffensif malgré sa lave incandescente et ses spectaculaires feux d'artifice. En cas d'éruption, l'accès à l'enclos Fouqué est interdit mais vous pouvez admirer le show endiablé du Piton de Bert ou du Piton Partage. De nuit, c'est encore plus beau! Pour profiter encore plus de cette force de la nature et mieux la comprendre, vous pouvez jouer les spéléologues dans des tunnels de lave et visiter la Cité du Volcan, véritable mine de savoirs située à la Plaine des Cafres.



© IRT / FROG 974 Photographies

## FARNIENTE SOUS LES COCOTIERS

Un phénomène inexplicable intervient sur l'île aux mille visages: ses irrésistibles plages donnent envie de chanter des tubes estivaux!

Imaginez: vos pieds jouent avec le sable fin, un doux alizé effleure votre peau dorée par le soleil et vous plongez, enfin, dans l'écume rafraichissante du lagon. Voilà, vous y êtes. Ça donne envie de fredonner, non?

Avec ses 200 kilomètres de littoral, l'île de La Réunion vous offre quelques 30 kilomètres de plage de sable blond ou noir dont 22 kilomètres de lagon, exception-nellement préservés et protégés par une barrière de corail.

De larges bancs de sable fin, le délicat ombrage des cocotiers et des filaos, un lagon d'eau turquoise et des fonds propres vous assurent de délicieux moments de farniente et une baignade en toute sérénité!

À l'heure où le soleil se couche, plongez vos yeux dans l'horizon bleu et laissez-vous happer par les métamorphoses du ciel!



# LE JARDIN LUXURIANT

La douceur de ses températures fait de l'île un extraordinaire jardin tropical : plus de 1600 espèces végétales s'y épanouissent. Plus de 70% d'entre elles sont d'origine afro-malgache, arrivées par leurs propres moyens, à vol d'oiseau ou au gré des vents et des courants marins.

L'île abrite toutefois 237 espèces endémiques. Les amoureux des fleurs et arbustes se laissent envoûter par les 120 espèces d'orchidées qui fleurissent dans les sous-bois ou les forêts des Hauts. Et que dire des prodigieux flamboyants et des frangipaniers ?



© IRT / Stéphanie Godin

Aucune autre île tropicale ne peut se targuer d'avoir un tel paysage végétal. La multitude de ses microclimats l'a rendu extrêmement varié. Le littoral réunionnais et ses plages de sable se parent d'arbustes résistants comme les *vacoas*, les *filaos* ou les *veloutiers*.

Sur la côte ouest, les savanes occupent de vastes espaces et sont essentiellement composées de graminées et d'épineux tels que le *zépinard* ou le *piquant Jaune*. Les forêts sèches de basse altitude abritent quant à elles des hôtes singuliers, qui portent généralement des noms créoles imagés : *bois de tambour*, *bois de lait*, *bois d'éponge*...

Dans le sud-est de l'île, une forêt tropicale humide abrite les célèbres *palmistes rouges* et *bois de fer* et une multitude de mousses, de fougères et d'orchidées. Les *forêts de nuages* des Hauts sont les plus luxuriantes et les mieux préservées de l'île, à l'image de Bébou et Bélouve qui sont aujourd'hui encore dans leur état primaire.

Les arbres comme le *bois magie* ou le *tan Rouge* s'y entremêlent, et de nombreuses fougères arborescentes, appelées *fanjans*, érigent leur parasol au-dessus de la canopée.

Au-delà de 2000 mètres d'altitude, le paysage se fait plus minéral et les forêts vertes et luxuriantes laissent place à une végétation de petite taille,



© IRT / Olivier Octobre

aux "feuilles dures" et aux formes torturées, à l'image des *Branles*. Tout compte fait, il semblerait que toutes les fleurs et les plantes de la planète se soient donné rendez-vous sur la toute petite île de La Réunion !

Un tour dans ces superbes jardins botaniques permet notamment de mieux appréhender les particularités de cet incroyable patrimoine naturel.



# UNE FAUNE HAUTE EN COULEUR



## ZOOTOPIE

La faune réunionnaise ne manque pas d'originalité et l'île ne compte aucun animal venimeux ou réputé "dangereux". Vous pouvez notamment y croiser des micro-chauve-souris, quelques cerfs à l'état sauvage, des lièvres, des surmulots, des musaraignes musquées, des escargots géants et quelques paisibles reptiles aux costumes bariolés.

Lors de vos balades, ouvrez l'œil pour apercevoir de chatoyants lézards et d'insolites *endormis*, qui se fondent dans le décor et marchent au ralenti. Laissez-vous étonner par le cri du *margouillat* qui ressemble à s'y méprendre à un fou-rire communicatif et réjouissez-vous de sa présence

car c'est un allié de poids contre les moustiques ! Ce petit *gecko* nocturne à la peau transparente est en effet un fameux chasseur d'insectes.

L'île abrite aussi des "princes en herbe" à embrasser : des grenouilles et des crapauds que l'on entend croasser à la nuit tombée ! On retrouve ces batraciens aussi bien près des rivières et des étangs côtiers qu'en altitude au cœur des forêts. Au cours de vos balades, d'autres créatures vous plongent dans l'imaginaire de Disney : 560 espèces de papillons, dont 190 endémiques, qui tourbillonnent gracieusement autour de vous et font danser leurs couleurs au milieu des fleurs !

Vous entendez quelque chose remuer dans les feuillages ? C'est certainement *un tangué* ! Ce petit animal nocturne, aux faux airs de hérissons, est l'un des mammifères les plus féconds du monde !

Enfin, si vous êtes arachnophobes, sachez que les grosses araignées de La Réunion sont aussi inoffensives que des chatons ! Quelques *bibes* tissent leur toile dans les arbustes ou au bord des sentiers pédestres et il est possible que, durant votre séjour, une *babouk* vienne plonger ses 8 yeux dans les vôtres, mais n'ayez crainte ! Malgré leur taille impressionnante, ces araignées ne sont pas dangereuses. Elles sont même particulièrement utiles puisqu'elles chassent les insectes nuisibles.

En résumé, vous pouvez explorer l'île sans risquer que de petites bêtes vous causent de gros bobos car La Réunion, c'est *Into the Wild* mais pas trop !

## UN ARC-EN-CIEL DE PLUMAGES

“Que vous êtes joli ! Que vous me semblez beau ! Sans mentir, si votre ramage se rapporte à votre plumage, vous êtes le Phénix des hôtes de ces bois.”

Comme le renard de Jean de La Fontaine, vous êtes tenté de chanter les louanges des volatiles réunionnais ! Portés par les vents, ces derniers ont élu domicile sur l’île, bien avant que le premier marin n’y pose un pied. Aujourd’hui, il reste moins d’une dizaine d’espèces d’oiseaux endémiques dont certaines sont malheureusement en voie de disparition.

Le long du littoral, vous surprenez le vol harmonieux d’un *paille-en-queue*, bel oiseau marin endémique et emblématique de l’île. Cette espèce protégée au plumage blanc, orné de quelques élégantes lignes noires, se niche principalement dans les falaises.

Grâce à sa silhouette aérodynamique qui se termine par deux longues plumes d’un demi-mètre, il plane élégamment et tournoie souvent au-dessus de nos têtes.

Dans les cirques, c’est le majestueux *papangue* qui domine les cieux. L’unique rapace de La Réunion peut mesurer jusqu’à 1,20 mètres et fait partie des oiseaux les plus rares du monde !

On trouve également le *tuit-tuit*. Ce merle blanc vous accompagne le long des sentiers forestiers de la réserve naturelle de la Roche Écrite.

Quant au rarissime *Pétrel de Barau*, il niche en très haute altitude, notamment sur les contreforts du Piton des Neiges ou du Grand Bénare.

En vous promenant dans les forêts de Béboubélouve, vous pouvez observer certaines espèces



© IRT / Yabalex

qui n’existent nulle part ailleurs : l’*oiseau la vierge*, aux teintes grises, rousses et bleutées, qui vient facilement à votre rencontre, l’*oiseau blanc*, petit passereau à lunettes qui aime explorer les petits arbustes touffus et fleuris et le flamboyant *cardinal*, dont le plumage rouge rappelle les soutanes des cardinaux catholiques.

Lors de vos balades, d’autres piafs bigarrés attirent votre regard, comme le *tec-tec* aux sourcils blancs, l’*oiseau bélier*, aussi jaune qu’un bouton d’or ou le *bec-rose*, au bec et au masque rouges ! Seul le *dodo* manque à l’appel. Jusqu’au 17<sup>e</sup> siècle, l’île de La Réunion était en effet le royaume de cet oiseau dodu qui a depuis malheureusement disparu...



© IRT / Yabalex



## UN OCÉAN DE COULEURS

Les nuances de l'arc-en-ciel se retrouvent aussi sous l'océan Indien, avec les 3500 espèces animales et végétales qui peuplent ses eaux ! Les ondes transparentes du lagon laissent ainsi deviner une multitude de poissons multicolores.

En barbotant au milieu des coraux, à quelques mètres du rivage seulement, vous vous retrouvez nez-à-nez avec un fantaisiste *Baliste-Picasso* ! Vous pouvez guetter les petits *Nemo* lovés dans leurs anémones, ou encore saluer une foule de poissons-papillons !

Les poissons-perroquets, les mérours célestes, les murènes étoilées et les chirurgiens bleus paradent devant vous dans leurs plus beaux habits.

Des poissons qui ressemblent à des pintades, gonflés comme des ballons de baudruche, coiffés de crêtes ou en robe léopard vous scrutent avec curiosité. Avec 150 espèces de coraux durs et 500 espèces de poissons, le récif corallien réunionnais est l'un des plus riches au monde !

En eaux profondes, le spectacle est encore plus saisissant avec des rascasses, des poissons-coffres, des murènes léopard, de timides poulpes mais aussi des raies élégantes et des tortues marines qui semblent voler dans les eaux cristallines. Toutes ces espèces sont protégées par la Réserve Naturelle Marine créée en 2007 et pour les découvrir, il vous suffit de plonger ! En prime, si vous avez toujours rêvé de nager avec *Flipper le dauphin*, sachez qu'ici, votre rêve est à portée de nageoire ! Plusieurs espèces parcourent ainsi les eaux réunionnaises : le dauphin à long bec, le dauphin tacheté, le dauphin Fraser, ou encore le grand dauphin

commun peuvent y être observés toute l'année. Et, à défaut de sirènes, vous pouvez vous laisser envoûter par le chant des baleines à bosses ! Les eaux de La Réunion sont particulièrement appréciées par ces cétacés qui viennent y mettre bas de juin à septembre. Les baleineaux plongent et resurgissent de l'eau en imitant à la perfection les mouvements de leur mère et jouent les acrobates devant le soleil couchant. Assister aux incroyables spectacles de natation synchronisée de ces mammifères majestueux n'a pas de prix !



© IRT / Laurent Bèche



© IRT / Eric Lamblin

# LE BERCEAU DE L'ÉCOTOURISME

## UNE BIODIVERSITÉ PRÉSERVÉE

Avec des centaines d'espèces endémiques, la biodiversité réunionnaise est unique au monde. Mais elle est aussi vulnérable qu'une tasse en porcelaine sous un cocotier, en période cyclonique. C'est pourquoi elle est classée parmi les 34 "points chauds" de la biodiversité mondiale. Cette appellation ne fait pas référence à son torride volcan mais à sa richesse naturelle, tout à fait considérable sur une si petite île et particulièrement menacée par l'activité humaine.

En s'implantant sur l'île au milieu du 17<sup>e</sup> siècle, l'Homme a introduit, volontairement ou pas, plusieurs milliers d'espèces exotiques du monde entier, perturbant ainsi l'environnement naturel des spécimens endémiques.

Plusieurs d'entre elles représentent aujourd'hui une réelle menace pour la flore et la faune indigène. S'ajoutent à cela d'autres perturbations anthropiques qui participent à l'altération et la destruction de certains habitats et mettent ainsi en danger la biodiversité de l'île. Les arbres, les fleurs et les oiseaux parlent mais, pendant longtemps, l'Homme n'a pas su les écouter... Fort heureusement c'est en train de changer !

## UNE NATURE SOUS HAUTE PROTECTION

La volonté de protéger la biodiversité et l'endémisme réunionnais, tout en valorisant les hauts de l'île, a donné lieu à création du Parc National de La Réunion en 2007. Cette zone sous haute protection s'étend sur plus de 100 000 hectares, soit 42% de l'île. Mais ce n'est pas tout ! Depuis 2010, les pitons, cirques et remparts de l'île sont inscrits au patrimoine mondial par l'Unesco ! Ce label distingue les sites les plus prestigieux du monde et c'est aussi un gage de protection du patrimoine animal, végétal et minéral unique de La Réunion.

De nombreuses mesures visent à préserver cet extraordinaire patrimoine naturel comme par exemple l'interdiction formelle d'introduire des graines ou des boutures exotiques sur le territoire.

De la même manière, la cueillette des variétés endémiques de l'île est prohibée dans l'enceinte du Parc National.



© IRT / Studio Lumière



## UN OCÉAN D'ATTENTIONS

Parce que les trésors naturels de l'île se retrouvent aussi en mer, une Réserve Naturelle Marine, a été créée en 2007. Elle s'étend sur 40 kilomètres de côtes (dont 20 km de barrière de corail) et abrite plus de 3500 espèces. Des réglementations ont notamment été mises en place pour encadrer les sports nautiques.

De la même manière, l'observation des dauphins, des tortues et des baleines est soumise à une charte d'approche. Il est ainsi possible d'assister

aux ballets grandioses des géantes des mers, dans le plus grand respect de l'environnement et des espèces marines.

Pour parfaire cette démarche responsable, le label O<sup>2</sup>CR (Observation Certifiée Responsable des Cétacés à La Réunion) a été créé en juillet 2014. Il est attribué aux professionnels soucieux du bien-être des majestueux mammifères marins. Après tout, les plus belles divas méritent les meilleurs gardes du corps !



© IRT / Eric Lamblin

## UNE ÎLE DURABLE

La perle de l'océan Indien est en pleine transition écologique et les initiatives durables et responsables fleurissent un peu partout sur l'île. En 2009, avant même la ratification du protocole de Kyoto, La Réunion mettait déjà en place de nombreux projets pour lutter contre le réchauffement climatique.

L'île se lance un challenge écologique de taille : acquérir une autonomie énergétique et renouvelable d'ici 2030, tout en étant à la pointe de la préservation de sa biodiversité.

Aujourd'hui, un tiers de son électricité est déjà produit par le recyclage des déchets de la canne à sucre ! C'est à l'aune du développement durable que sont aujourd'hui évaluées la plupart des expériences de voyage. Une raison de plus pour qualifier La Réunion de "destination de vacances de qualité".

Ce petit paradis naturel est en effet voué au développement durable et propose une pléiade d'activités respectueuses de l'environnement et permettant d'observer et de mieux connaître sa biodiversité. Ce n'est pas pour rien que La Réunion figure parmi les plus belles destinations écoresponsables du monde !

Un développement touristique respectueux de l'environnement naturel de La Réunion passe aussi par les gestes "eco-friendly" de chacun alors : à vos torches solaires, sachets kraft et gourdes écolos ! Et si vous pensez que vous êtes trop petit pour changer quoi que ce soit, pensez au moustique qui a ruiné votre sommeil la nuit dernière...

# UNE AIRE DE JEUX XXL

*Ici c'est simple, votre terrain de jeu est sans limites : il commence sur terre, se déploie en mer et se prolonge dans les cieux. Les décors de rêves de l'île donnent envie de rejouer des scènes d'anthologie et de marcher sur les pas de personnages mythiques. Vous avez un petit côté Indiana Jones ? Canyoning, escalade, rafting, kayak et exploration de tunnels de lave vous attendent !*

Vous pouvez tester vos talents d'aventurier sur l'une des fantastiques randonnées qu'offrent nos sommets. Vous êtes plutôt James Bond ? Balades en segway, flyboard, jet ski, plongée, chute libre, survol de l'île en ULM ou en hélicoptère, vous pouvez trouver sans peine de quoi satisfaire votre amour des sensations fortes et des bolides en tout genre !

Cependant, si en être épicurien et spirituel tout droit sorti d'une comédie de Woody Allen, vous préférez déambuler nonchalamment dans les rues de villes inconnues, les jardins botaniques de l'île sont faits pour vous !

Vous pouvez aussi choisir de voguer sur un stand-up paddle, plongé dans vos rêveries et le regard perdu vers l'horizon.

Enfin, si vous avez l'âme d'un Jacques Mayol, il y a de quoi vibrer de toutes vos branchies dans nos féériques lagons ou dans les profondeurs de l'océan Indien.



© IRT / Stéphane Fourmet



© IRT / Studio Lumière



## PLAISIRS TERRESTRES

Le sol réunionnais regorge d'activités : somptueux parcours de golf, accrobranche et escalade, pittoresques chevauchées, randonnées plus ou moins corsées et autres distractions pour visiteurs exaltés sont à découvrir sur des itinéraires d'exception !

Avec sa flore, son relief et ses panoramas à couper le souffle, l'île mérite amplement sa réputation de paradis des randonneurs. Balades familiales pour crapahuter avec les *marmailles* ou raids sportifs pour les plus audacieux, il y en a pour tous les niveaux et pour tous les goûts !

Vous êtes passionné d'astronomie ? À la nuit tombée, laissez-vous conduire jusqu'à une clairière aux airs de contes de fées pour contempler le ciel étoilé. Si ce sont les volcans qui vous fascinent, engouffrez-vous dans les entrailles de la terre en explorant les tunnels de lave avec un expert en spéléologie. Vous pouvez aussi choisir trekking, marche nordique, éco-balades, randonnées sportives ou sorties avec bivouac.

La montagne s'explore également en canyoning, avec des toboggans naturels qui vous réservent de vraies montées d'adrénaline, à la verticale, avec une vingtaine de sites d'escalade, ou à dos de cheval, au plus proche de la nature. Cavalcades sous les filaos et les tamarins, balades dans la savane au coucher du soleil, flâneries au pas dans le massif du volcan : les pistes cavalières de La Réunion traversent les plus beaux paysages de l'île.



© IRT / FROG974 Photographies

Si enfourcher un lointain cousin de Jolly Jumper ne vous dit rien qui vaille, vous pouvez aussi découvrir l'île en roue libre. VTT, vélo couché, segway, vélo elliptique, quad, quadbike, buggy et 4x4 vous attendent ! Accompagné de professionnels ou en toute liberté, à pied, en selle ou en swinguant, foutez le plancher réunionnais et découvrez toutes ses richesses !



© IRT / FROG974 Photographies

## DES BULLES DE BONHEUR

Les expériences au large des côtes réunionnaises sont incontournables ! Alors prenez du bon temps en croisière, en plongée, en paddle ou sur d'autres embarcations flottantes tout aussi amusantes et découvrez les incroyables créatures marines qui ont élu résidence ici. Snorkeling, plongée de jour ou de nuit et randonnées aquatiques vous permettent de découvrir la barrière de corail et d'observer des êtres pourvus de nageoires et de branchies, dans une eau chaude et claire 365 jours par an !

Si vous préférez rester au sec, une flotte variée vous propose de sensationnelles excursions au large des côtes. Confortablement installé dans un bateau à fond transparent, vous assistez au défilé sous-marin sans vous mouiller. Allongé dans les filets d'un catamaran, vous contemplez l'horizon, bercé par les alizés, un verre de punch à la main. En bateau bulle, vous profitez d'un exquis safari sous-marin. Vous pouvez également vous initier à la navigation côtière sur un voilier monocoque, vous balader en stand up paddle pour dominer les flots du lagon dans un doux sentiment de sérénité et vous muscler les biceps en pagayant sur un kayak ou une pirogue.

Enfin, n'hésitez pas à faire le plein de sensations fortes en jet ski, ski nautique, wakeboard ou kitesurf ! Les plus téméraires peuvent quant à eux taquiner le barracuda...

La Réunion est une destination de choix pour les amateurs de pêche sportive ! Sur les flots réunionnais, les distractions se comptent décidément à la pelle et vous réservent de beaux moments en solo, en duo ou en famille !



## LA TÊTE DANS LES NUAGES

Que La Réunion est belle vue d'en haut ! Le ciel réunionnais vous réserve sensations fortes et vue imprenable sur une île à la beauté saisissante. Pour sortir des sentiers battus, n'hésitez pas à profiter des activités ébouriffantes et dans l'air du temps dont La Réunion est spécialiste : hélicoptère, ULM, parapente, paraplane ou parachute.

Des sites d'envol exceptionnels, la nature à perte de vue et des conditions aérologiques optimales toute l'année font de La Réunion un territoire

mondialement plébiscité par tous ceux qui aiment voler comme des *Papanges*. En montagne ou au-dessus du lagon, les nouveaux chevaliers du ciel, c'est vous ! Tels Jasmine et Aladdin sur leur tapis volant, vous découvrez dans le firmament réunionnais un nouveau monde en couleurs, vous vous sentez légers dans le ciel de cristal et votre cœur chavire. Il n'y a pas à dire, à La Réunion, ça plane pour vous !

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.  
À consommer avec modération.*



## DE VRAIS PROS POUR ACCOMPAGNER LES HÉROS

Vous voulez découvrir la pêche au gros sans risquer de vous faire embrocher par un espadon ? Vous balader à cheval sans faire trop de cabrioles ? Voler en parapente sans foncer droit dans le mur ? Vous initier au golf sans finir avec un lumbago ? Vous êtes aussi actif que le Piton de la Fournaise et avez envie de tester toutes les activités de l'île

mais vous n'avez pas leur mode d'emploi ? Des professionnels sont là pour exaucer vos souhaits et vous épargner les bobos. Expérimentés et bardés de diplômes, ils vous font découvrir leur discipline en toute sécurité et vous accompagnent en terre inconnue en vous faisant profiter de leur sympathie et de leur savoir-faire.



© IRT / La Vie en Oaoué

© IRT / Cédric Etienne



# INTENSÉMENT CULTURE

*Habité depuis seulement 350 ans, l'île a accueilli des peuples venus des quatre coins du globe. Ses couleurs sont celles de l'Afrique, de l'Europe et de l'Asie. Une terre de métissage exemplaire qui porte haut les valeurs universelles de respect, de bienveillance et de partage. Ici les différentes cultures et religions se côtoient et s'enlacent dans une parfaite harmonie. Un accueil chaleureux, des sourires en pagaille, une architecture colorée, des musées passionnants, des danses endiablées, des spectacles captivants et de la musique à tous les coins de rue, voilà ce qu'offre La Réunion. Bienvenue sur la terre du vivre-ensemble !*



# LA RÉUNION DES CULTURES

## UNE PALETTE HARMONIEUSE DE TRADITIONS ET RELIGIONS

Marquée par son histoire coloniale, La Réunion est riche d'une immigration africaine, indienne, indonésienne, chinoise, malgache et européenne. Ce département français qui ne renie ni son passé, ni sa culture, revendique avec fierté sa diversité ethnique. Lors de vos pérégrinations, admirez les églises chrétiennes, les temples tamouls, bouddhistes et taoïstes, les mosquées et les pagodes chinoises édifiés sur tout le territoire.

Les différentes religions et traditions présentes sur l'île s'épanouissent sur cette terre si spéciale où respect et tolérance sont rois. Dans les centres-villes de Saint-Denis ou de Saint-Pierre, il n'est pas rare d'entendre le muezzin, les cloches de l'église et les tambours malbars retentir au même moment, dans une communion parfaite.

Ici, vous avez qui plus est la possibilité de participer aux différentes célébrations colorées et festives qui rythment l'année ! En février, c'est le spectaculaire nouvel an chinois qui est célébré sur toute l'île, avec sa fameuse danse du dragon et ses multiples spectacles.

La religion hindouiste est également à l'honneur avec le nouvel an tamoul, en avril, et les impressionnantes marches sur le feu, de décembre à janvier. Quant à Dipavali, la fête tamoule de la lumière, elle donne notamment lieu à un incroyable défilé de chars en novembre. Lors de l'Aïd el-Fitr, qui marque la fin du Ramadan, il est courant de prier en plein air !

Enfin, ne manquez pas les célébrations de l'abolition de l'esclavage qui ont lieu juste avant Noël, le 20 décembre. Parades, chants, danses et percussions sont à l'honneur en ce jour de fête. Quoi de plus beau que de célébrer la liberté ?



## UNE ARCHITECTURE FLAMBOYANTE

Vous pouvez découvrir les origines de la culture créole en visitant les magnifiques demeures coloniales ou les petites bâtisses multicolores de l'île. À La Réunion, les maisons sont appelées "cases" et les résidences secondaires baptisées "changement d'air"! Et oui, sur l'île, la poésie est partout!

Les cases créoles de l'île évoquent les maisons antillaises mais aussi certaines demeures de La Nouvelle Orléans. Elles ont hérité de la tradition néoclassique du 18<sup>e</sup> siècle, à laquelle sont venues s'ajouter des influences architecturales des comptoirs des Indes puis des éléments de construction victoriens au 19<sup>e</sup> siècle.

Elles arborent souvent de jolies couleurs et sont décorées de *lambrequins*, sortes de frises en tôle ou en bois, d'inspiration indienne, qui font le tour du toit. Les premières maisons, en général rectangulaires ou carrées, furent bâties comme des navires, avec des charpentes en bois, et des murs recouverts de bardeaux de tamarin. On y entre par la varangue, prolongement extérieur du salon central, qui ressemble un peu à une véranda. D'aspect massif, les maisons de maîtres impressionnent avec leurs colonnades et leurs superbes jardins, un peu façon *Autant en Emporte le vent*. Dans l'ancienne société créole, il fallait voir sans être vu... Pour cela, le *guetali* ("guetter à lui"), petit kiosque ouvert, était parfait! En coin de jardin, il permettait aux dames de *moucat* (cancaner) en toute discrétion. C'était aussi un lieu digne d'un roman de Jane Austen, où l'on pouvait guetter son amant et y échanger des mots doux...

On peut encore en apercevoir dans certains jardins. À Hell-Bourg ou à l'Entre-Deux, les anciennes cases créoles renferment derrière leurs lambrequins un pan entier de l'Histoire de La Réunion.

C'est un plaisir de déambuler dans les rues de ces villages au charme suranné et à immortaliser certaines de ces cases qui ressemblent à des maisons de contes de fées! À Saint-Denis par ailleurs, la rue de Paris est un musée à ciel ouvert avec ses maisons créoles de caractère! Certaines

sont même classées "Monuments historiques" ou ont été transformées en jolis musées. D'autres restent mystérieuses, protégées derrière de grands portails en fer forgé.

Toutes, en tous cas, renferment des trésors architecturaux et donnent envie d'y pénétrer. La maison Martin-Valliamé à Saint-André, le musée de Villèle (ancienne maison Desbassayns) à Saint-Gilles ou le domaine des Tourelles à La Plaine-des-Palmistes valent notamment le détour.







## UNE GALERIE DE MUSÉES

Bienheureux celui qui veut découvrir l'île tout en devenant plus érudit que Mac Lesggy ou Jamy ! La Réunion compte 4 musées régionaux qui permettent aux visiteurs de découvrir l'histoire sociale ou industrielle, la culture, la tradition ou encore le patrimoine de l'île de La Réunion. La Cité du Volcan permet d'en savoir plus sur la rock star de l'île, le Piton de la Fournaise.

Le Musée Stella Matutina propose de plonger dans l'histoire de la culture de la canne à sucre, profondément liée à celle de la société réunionnaise. Le centre Kélonia vous entraîne à la rencontre des tortues marines. Et enfin, le Musée des Arts Décoratifs de l'Océan Indien (Madoi) met en valeur des œuvres, des objets d'art et du mobilier de La Réunion à travers de belles collections.

Et ce n'est pas tout ! Une ribambelle d'autres musées de qualité vous attend, ainsi que d'anciens grands domaines ou demeures, qui permettent de découvrir l'histoire et le patrimoine culturel réunionnais. Jardins botaniques, aquarium, collections d'art moderne et contemporain, observatoire astronomique, insectarium, anciennes habitations coloniales, distilleries, chocolateries, sanctuaires du café, de la vanille ou du curcuma... Il y en a pour tous les goûts !

## QUAND LA MUSIQUE EST BONNE

*Ti fleur fanée, Ti fleur aimée, Di a mwin toujours, Kouak c'est qu' l'amour ?* Voilà le refrain de l'une des chansons cultes de l'île. La Réunion est une destination unique et métissée de par sa langue, son patrimoine et son folklore mais également sa musique. Son identité musicale est forte avec le *Séga* et le *Maloya*, classé au patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'Unesco. Deux héritages des ancêtres réunionnais, deux genres musicaux majeurs dont l'originalité et l'authenticité sont désormais reconnues dans le monde entier.

Le *Séga* ressemble à la *biguine* des Antilles. Il s'agissait autrefois d'un prélude amoureux. À la fois musique, chant et danse pratiqués à l'origine par les esclaves africains et malgaches des plantations de l'Île Bourbon, le *Maloya* était encore interdit de cité il y a peu... Ce n'est que depuis 1982 qu'il peut retentir librement ! Véritable chant de douleur, de mélancolie et d'espoir, le *Maloya* est comparable au "blues" des esclaves américains dans ses origines. Il est en revanche très différent d'un point de vue musical. Fondé sur un rythme ternaire, il utilise les instruments classiques de la musique réunionnaise.

Certaines chansons sont particulièrement gravées dans le cœur des Réunionnais comme par exemple "*Ça sent la banane*" de Jacqueline Farreyrol, qui évoque un petit garçon Créole brossant le portrait de La Réunion à son ami Métropolitain (ou Kaskavel) et qui parle de la cascade du Voile de la Mariée. Danyèl Waro, le Léo Ferré des Hauts, Davy Sicard, qui fait danser les Réunionnais aux sons de son "*Maloya Kabosé*", ou encore Meddy Gerville

et son jazz teinté de *Maloya*, comptent ainsi parmi les grands noms de la scène réunionnaise.

Cette dernière s'est enrichie et a été réinventée au fil des années avec la rencontre des musiciens *péi*, européens, et de l'océan Indien. Elle s'est métissée avec la variété française, le jazz, l'électro-fusion, le rock, le reggae.

Ici, la musique est partout : sur scène dans des salles de concerts, stades, *rondavelles* et *kabars*, petits concerts en plein air.

Dans la rue, on la retrouve dans des spectacles improvisés et des fêtes de quartier et au cœur de festivals comme le *Sakifo* de Saint-Pierre, où affluent des pointures nationales et internationales, le festival *Kaloo Bang* et *les Electropicales* de Saint-Denis, le *Grand Boucan* de Saint-Gilles, le festival *Jazz océan Indien* ou encore le Festival *Liberté Métisse* de l'Étang-Salé, parmi tant d'autres !

Alors tendez l'oreille et vibrez au son des *roulèr*, *kayamb*, *djembé* et autre *pikèr* !



## PRENDS-MOI LA MAIN, VIENS DANSER !

À La Réunion, les corps s'expriment souvent en musique. La plupart du temps, au rythme du *Maloya* et du *Séga*.

Le *Séga* est né au début du 18<sup>e</sup> siècle, autour des feux des camps d'esclaves, dans les propriétés agricoles. Il est alors décrit comme "expression d'un désir brutal et violent". C'est en effet une danse sensuelle où cavalier et cavalière exécutent une sorte de parade amoureuse. Les hanches se balancent et l'homme tourne autour de la femme qui va où bon lui semble. Les danseurs tournent sur eux-mêmes et se synchronisent en descendant doucement dans un face à face des plus voluptueux ! Le *Maloya* lui s'exécute les jambes légèrement fléchies, avec des ondulations du bassin et des mouvements de jambes directionnels ou des pas percutant le sol.

Les costumes traditionnels de ces danses sont toujours chatoyants ! La danseuse porte généralement un petit haut noué sur le devant et une jupe, près de ses hanches et très large vers le bas, dont elle saisit les extrémités pour les agiter en rythme. Chemise et pantalon corsaire sont de mise pour leur partenaire.

Au-delà des danses traditionnelles, la danse réunionnaise connaît aujourd'hui une dynamique créative notable avec plusieurs compagnies chorégraphiques professionnelles et les danses modernes et urbaines qui connaissent un réel essor.







© IRT / Studio Lumière

## LA RÉUNION EST UN POÈME, OU UN ROMAN C'EST SELON

*“Perdu sur la montagne, entre deux parois hautes, il est un lieu sauvage, au rêve hospitalier, qui, dès le premier jour, n’a connu que peu d’hôtes; Le bruit n’y monte pas de la mer sur les côtes, Ni la rumeur de l’homme : on y peut oublier.”*

Ainsi parle René Leconte de Lisle du Bernica, lieu-dit de l’ouest de La Réunion. L’île aux poètes a eu sa grande époque au 19<sup>e</sup> siècle. Les grandes plumes réunionnaises ont su trouver les mots pour exprimer leur mélancolie et dépeindre la volupté de leur île. Baudelaire, qui passait par là, a même dédié plusieurs poèmes à l’île Bourbon. La littérature réunionnaise s’est d’abord déployée

grâce à la poésie et aux contes avant d’investir le champ romanesque avec la parution en 1844 des *Marrons* de Louis Timagène Houat.

Elle a connu un développement puissant dans les années 1980 et le début des années 1990. Charles Marie, Auguste Lacaussade, Jean Albany et Jean-François Samlong, pilier du nouveau roman réunionnais... La Réunion semble être le berceau de nombre de talentueuses plumes.

Aujourd’hui, de jeunes auteurs participent à son essor, avec des maisons d’édition locales bien vivantes et s’exprime aussi bien en langue française que’en créole réunionnais.

## LE SEPTIÈME ART AU SEPTIÈME CIEL

Les paysages spectaculaires de La Réunion ont plus d’une fois servi de décor à des films et séries télévisées. L’île est idyllique, quoi de plus normal que de filmer les stars au paradis ?

C’est ce qu’a dû se dire François Truffaut, en filmant Jean-Paul Belmondo et Catherine Deneuve dans *La sirène du Mississippi*, en 1969. Par ailleurs, les Réunionnais ont de quoi se réjouir car La Réunion est une terre fertile pour les festivals de cinéma dont le nombre et l’ampleur ne cessent de croître. Silence... Moteur... Action !



© IRT / Luc Perrot



© IRT / Serge Calabert

## LES MÉTIERS D'ART À LA RÉUNION

L'art est très présent sur l'île intense. Prenez le temps de le découvrir au détour des nombreuses boutiques, musées et galeries où il est exposé. L'île de La Réunion s'efforce de valoriser ses ressources et ses traditions locales dans une démarche résolument créative et contemporaine.

L'art contemporain est d'ailleurs mis à l'honneur à l'Artothèque et dans de nombreuses galeries. Au musée Léon-Dierx, vous pouvez admirer des œuvres de Picasso, Gauguin, Cézanne, Renoir ou Caillebotte, ainsi que des toiles d'artistes locaux (Arthur Grimaud, Adolphe Le Roy, Antoine-Louis

Roussin...). Des photographies sont également exposées et permettent de découvrir les paysages réunionnais du 19<sup>e</sup> siècle.

De plus, l'artisanat *péi* est également très prolifique. L'île est particulièrement réputée pour ses vanniers, qui tissent les feuilles de vacoa et pour ses créations en pierre volcanique, lave, écaille, bois, céramique et broderie. Elle compte 420 professionnels de la bijouterie, de la tabletterie et la marqueterie. Vous pourrez donc rapporter chez vous de magnifiques souvenirs !



© IRT / Studio Lumiere



## CULTURES URBAINES

Au cours de vos déambulations sur l'île, vous avez probablement remarqué de petits personnages oranges rigolos peints sur des bâtiments délabrés, des arbres morts, des murs d'écoles ou carrément sur des falaises... Ce sont les *gouzous* de Jace, le graffeur le plus célèbre de l'île et encensé dans le monde entier !

Cet artiste originaire du Havre et installé à La Réunion depuis 1982 a grandement contribué à redorer le blason du Street Art auprès du grand public, mais aussi des autorités. De La Réunion à New-York, en passant par Tokyo, Paris, Lisbonne ou Madrid, il existe aujourd'hui des milliers de gouzous à travers le monde !

Mais la culture urbaine réunionnaise ne s'arrête pas au graph' : danse hip hop, break dance, slam, rap, *fonnkèr*, human beatbox et battles chorégraphiques font aussi vibrer les villes de l'île ! Tous les ans au mois de juillet, le *Big Up Festival* permet notamment de sensibiliser le public à ces formes d'art le temps d'un week-end et s'offre en lieu d'expression de choix pour les talents locaux !

Visiter La Réunion, c'est aussi découvrir son identité culturelle. Ça tombe bien, cette dernière est riche d'influences venues du monde entier ! Ici, arts *péi* et poésie *lontan* côtoient slam, graffeurs et musique électro ! Une chose est sûre, à La Réunion, les divertissements et fêtes culturelles abondent ! Ouvrez grand les yeux et les oreilles et laissez parler votre curiosité.





# INTENSÉMENT CRÉOLE

*À La Réunion, le métissage se retrouve également dans les assiettes ! La gastronomie locale est sous influence européenne, chinoise, indienne et malgache. Vos papilles sont en extase et vous vous retrouvez à user et abuser de nombreux superlatifs tels que succulent, délicieux, savoureux ou divin lorsque vous dégustez les mets de l'île. Authentique, généreuse et colorée, la cuisine réunionnaise a de quoi vous combler ! Avis à tous les passagers, ne serrez pas trop votre ceinture, vous avez embarqué pour un incroyable voyage culinaire !*

# DES PAPILLES EN FÊTE

## UNE GASTRONOMIE COSMOPOLITE

Prenez un bouillon de culture française, ajoutez une pincée d'épices malgaches, un zeste de savoir-faire chinois, une pointe de saveurs indiennes, portez à ébullition et vous obtiendrez un menu unique au monde ! Riz, grain, rougail : la trilogie de la cuisine réunionnaise traditionnelle est un vrai chef d'œuvre ! Le cari, plat de référence à La Réunion, en est un bel exemple.

Faites dorer viandes, poissons ou légumes, ajoutez oignons finement émincés, tomates, ail, gingembre, curcuma, sel, poivre et thym et faites mijoter le tout. Servez avec du riz et quelques brèdes (sorte d'épinard) et voilà un délicieux plat traditionnel réunionnais à déguster à volonté !

Si vous êtes friand de cuisine indienne, optez pour un bryani, un tandoori ou pour un coq massalé, plat en sauce à base de coriandre, de cumin, de piment, de caloupilé et de pulpe de tamarin. Vous rêvez d'un bon civet ? Civet coq, civet *zourites* (*poulpes*), civet canard, civet cerf... vous avez l'embaras du choix ! En plus, avec les avocats aux crevettes, les salades de papaye verte ou les poissons fumés (espadon, marlin bleu, thon, dorade coryphène...), tous les bons produits de l'océan Indien sont dans vos assiettes !



© DR / Hôtel Boucan Canot



© IRT / Evelyne Coustillat





© IRT / Studio Lumière

## UNE FARANDOLE DE SPÉCIALITÉS

La Réunion peut se targuer d'avoir une véritable culture du terroir avec de nombreuses spécialités régionales : lentilles et vin de Cilaos, vanille Bourbon, choucou de Salazie, fromage Mont Bébour, chèvre de Takamaka, rhum de la Distillerie Rivière du Mât... Chaque recoin de l'île renferme une pépite culinaire ! Quant au pâté créole, il est aux Réunionnais ce que la dinde aux marrons est aux métropolitains : un plat des grandes occasions ! Il se présente sous forme de tourte, garnie avec une farce de poulet ou de porc agrémentée d'épices,

de tomates, d'oignon, d'ail... et d'une goutte de vermouth.

Ces produits du terroir s'apprécient notamment en table d'hôtes, autour de véritables festins. Imaginez... Vous êtes en plein cœur de Salazie et, entre deux randonnées, vous dégustez une salade de palmiste pleine de fraîcheur et un gratin de choucou à tomber par terre. Les produits cultivés au grand air passent directement du champ à votre assiette et dans les petits plats cuisinés au feu de bois, vous débusquez des saveurs inédites !

## DES MARCHÉS HAUTS EN COULEURS

Avec ses ananas Victoria, bananes et noix de coco qui poussent toute l'année, La Réunion n'est pas avare en fruits savoureux ! Qui plus est, chaque saison apporte son lot de vitamines : des letchis, mangues et papayes en décembre et janvier, des fruits de la passion en mars et avril, et en mai : c'est la cueillette des goyaviers ! Ne passez pas à côté des fruits les plus insolites de l'île : *ti jacques*, *fruit à pain*, *longanis*, *tamarins*, *tangors*, *caramboles* et *pitayas*.

Mais l'île est aussi le paradis des légumes "lontan". Pour les découvrir, direction les marchés ! Fenêtres sur la vie quotidienne des Réunionnais, les marchés de l'île sont aussi une excellente introduction à la gastronomie locale. Les étals révèlent une incroyable diversité ! En déambulant dans les allées colorées, laissez-vous éblouir par les robes chatoyantes des agrumes et des bringelles (aubergines) qui, comme dans la chanson, semblent vous crier "*Mangez-moi ! Mangez-moi ! Mangez-moi !*". N'hésitez pas à vous imprégner de l'air ambiant et délectez-vous des mille parfums qui titillent vos narines dans les allées : épices, fruits, vanille, géranium, curcuma... tous vos sens sont en émoi !



© IRT / Serge Gélabet



## ÉPICES, AU PAYS DES MERVEILLES

Avis aux amateurs de curiosités culinaires : les réunionnais sont friands de piments ! Dans les *rougails*, sous la peau d'un boudin grillé ou au milieu des *achards*, on le retrouve dans de nombreux mets.

Le plus explosif des piments réunionnais est le minuscule *piment-zoiseau*. Mais de nombreuses autres variétés se portent volontaires pour réveiller vos papilles : piment vert, piment cabri, piment cerise et gros piment ! Les palais les plus sensibles peuvent bien sûr demander des plats moins relevés.

Le gingembre, l'ail et le curcuma (le safran pays) sont aussi de la fête ! Quant aux baies roses, elles délivrent des saveurs à la fois anisées, poivrées et sucrées, pour le plus grand plaisir des gourmets !

Enfin, les becs fins peuvent se réjouir : la vanille Bourbon est l'une des meilleures du monde ! En visitant l'une de ses plantations, vous pouvez découvrir un savoir-faire artisanal d'exception, propre à La Réunion.

## THÉ OU CAFÉ ?

Le Bourbon Pointu est une variété de café qui n'existe qu'à La Réunion. Caractérisé par sa faible teneur en caféine, il fait partie des meilleurs du monde et a droit à l'appellation *Café premium*. C'est un café haut de gamme, torréfié au feu de bois, à découvrir sans tarder !

À La Réunion, les amateurs de thé ne sont également pas en reste. Un excellent thé blanc est produit à Grand Coude, où il est possible de visiter une plantation dans un décor féérique et d'arpenter un labyrinthe en-champ-thé !

Au petit-déjeuner, en dessert ou à l'heure du goûter, accompagnez thé ou café d'une part de *gâteau patate* ou de *gâteau ti'son*, deux délices sucrés.



## DE LA CANNE À SUCRE AU RHUM TOUS AZIMUTHS

À La Réunion, le sucre ne sert pas seulement à aromatiser les yaourts nature. C'est une culture, une histoire, un patrimoine.

La canne à sucre a façonné le destin de l'île en modelant son économie. Qui plus est, une part non négligeable de l'électricité consommée sur l'île provient de la canne ! Au fil de la visite des distilleries de l'île et de ses deux gigantesques sucreries toujours en activité, vous apprenez tout sur la fabrication du sucre de canne et du rhum local.

À La Réunion, ce rhum se déguste souvent "arrangé". Il est en effet mélangé à de beaux fruits que l'on laisse macérer entre 6 mois et 2 ans avec par exemple le *faham*, une orchidée sauvage, ou d'autres plantes et épices. Tous les fruits tropicaux de La Réunion servent ainsi à faire des rhums arrangés qui portent bien leur nom : rhum-coco, rhum-vanille, rhum-ananas, etc.

Pour terminer un bon repas créole, le rhum arrangé est un incontournable que vous ne refuserez pas de déguster !



## L'ART DE L'APÉRO

Dans la tradition culinaire réunionnaise, l'apéritif a son importance. Il faut dire que l'ambiance estivale, 365 jours par an, s'y prête particulièrement.

En effet, rien de tel que d'admirer un beau coucher de soleil sur la plage en savourant les spécialités locales : les samoussas sont des beignets en forme de triangle, farcis au fromage, à la viande, au poisson ou avec des légumes; les bouchons sont une spécialité chinoise à base de porc et de pâte de riz cuite à la vapeur; et enfin les bonbons piments, d'origine indienne, sont confectionnés avec des pois, épices et piment.

Et pour se rafraîchir et trinquer aux vacances, vous pouvez déguster une bière locale ou siroter un délicieux cocktail, concocté à base de rhum "charrette". *L'Entre-Deux, La Fournaise, Le Punch Coco, Le Baiser Tropical, Le Nirvana, Le Flamboyant...*

Ici, même les noms de ces exquis breuvages font voyager ! Alors, comme on le dit ici, " *Anou!*", ou " *Santé!*". Et pour la garder, n'oubliez pas d'être modéré...

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.  
À consommer avec modération.*



## DES PIQUE-NIQUES DE COMPÉTITION

À La Réunion, le pique-nique est une institution ! Il représente à lui seul tout l'art de vivre réunionnais, c'est un moment de partage et de convivialité. Tout au long de l'année, le week-end ou pendant les vacances scolaires, les Réunionnais se retrouvent en famille ou entre amis sur l'une des nombreuses aires de pique-nique et de loisirs de l'île ou sur la plage.

Ici, ils recréent sur le sable le décor de leur salon à grand renfort de tables, chaises, tentures, marmites pleines de riz, boucané et autres succulentes victuailles ! Dans les Hauts, dans les Bas, dans les sous-bois, près d'une cascade, d'une rivière ou face à l'océan, tous les recoins de l'île servent de décors de choix à ces repas festifs en plein air ! C'est l'occasion de pratiquer des activités de pleine nature qui s'offrent à vous à proximité : pistes cyclables, sentiers de rando, aires de jeux, boudodromes, lagon... Après un déjeuner gargantuesque, n'ayez crainte, vous avez de quoi vous dépenser !

La Réunion est une île intensément gourmande et, au moment des repas, le sens du partage des Réunionnais prend tout son sens ! N'hésitez pas à échanger avec les habitants de l'île.

Qui sait, peut-être aurez-vous la chance d'être convié à un traditionnel pique-nique familial au cours du week-end ! Pour les saveurs de l'ancienne île Bourbon, comme pour les rencontres que vous pourrez y faire, un seul conseil : n'hésitez pas à aller vers l'inconnu !



# INTENSÉMENT BIEN-ÊTRE

*Notre île est une véritable oasis de paix, où il fait bon se relaxer. Les vertus apaisantes de ses plages paradisiaques et de ses paisibles cirques ne sont plus à prouver. Elle abrite en prime de nombreuses adresses bien-être pour se ressourcer et prendre soin de soi. Instituts de beauté, spa, centres de remise en forme et thermes de Cilaos vous accueillent pour des moments de détente sans pareils. Alors offrez-vous vite une parenthèse de douceur ! Après tout, comme le dit le proverbe, il n'y a pas de mal à se faire du bien...*



# UN COCON DE DOUCEUR POUR LES VAILLANTS BAROUDEURS

## LUXE, CALME ET VOLUPTÉ

Après avoir crapahuté sur les sommets de l'île, vous ignorez vos jambes en coton pour vous précipiter vers la plus belle des récompenses : un instant de pure relaxation ! Vous pénétrez dans un temple du zen et vos petites courbatures s'envolent comme par magie grâce aux mains expertes d'un masseur à la délicatesse presque surnaturelle. Et oui, La Réunion est une terre d'aventures, mais c'est aussi l'endroit rêvé pour prendre soin de son corps et de son esprit ! Ce n'est pas rien car, comme le dit Khalil Gibran, *"Le corps est une matrice pour l'âme"* et cette dernière a besoin d'un foyer douillet et sûr pour irradier de bonheur.

Alors foncez dans l'un des nombreux établissements qui vous attendent dans des cadres idylliques ! Même les enveloppes corporelles un peu cabossées peuvent y être "retapées" et en ressortir en cocon cosy pour âmes épanouies ! Ici, vous pouvez profiter de prestations haut de gamme dans des écrins de verdure, des hôtels somptueux et même au milieu de luxuriants jardins tropicaux. Dans ces cadres raffinés, laissez-vous tenter par des modelages relaxants ou énergétiques, des soins spécifiques du visage

et du corps, des bassins à remous ou même par des thérapies alternatives. Glissez-vous dans l'un des divins espaces cocooning de l'île, inspirez, expirez et laissez-vous porter.

## LE CHOIX DU ROI

Pour vos escapades enchantées, vous avez l'embaras du choix : vous pouvez vous prélasser avec votre moitié dans un jacuzzi privé, chasser les toxines et tensions dans un hammam, vous revigorer sous une douche hydromassante ou encore éveiller vos sens grâce à l'aromathérapie. Vanille, vétyver, ylang-ylang, noix de coco... les trésors naturels de l'océan Indien sont de la partie pour vous prodiguer leurs bienfaits et faire voyager vos sens ! Enveloppement aux fruits de la passion, gommage à l'ananas et à la papaye, modelage à l'huile de coco, de bambou ou d'argan ou masque aux épices vous transportent dans des univers parallèles où les sensations les plus douces affluent sur votre peau !

À La Réunion, les espaces dédiés au bien-être fusionnent traditions ancestrales et techniques modernes et s'inspirent de soins du corps millénaires, venus du monde entier. On trouve sur l'île les meilleurs rituels de la planète : soins



© IRT / Studio Lumière

balinais, modelage ayurvédique ou encore à quatre mains. Votre curiosité légendaire vous poussera peut-être même à tester le modelage aux pierres chaudes, la réflexothérapie ou encore l'ostéopathie aquatique ! Et n'hésitez pas à profiter de ces bulles de quiétude à deux, grâce aux nombreux soins en duo qui sont à votre disposition.

Partagez ainsi des instants privilégiés en amoureux, ouvrez vos chakras et laissez-vous gagner ensemble par le plaisir et l'harmonie. Les soins prodigués par les professionnels du bien-être vous bercent, vos nœuds sont démêlés les uns après les autres et vos soucis s'éclipent sur la pointe des pieds. Ils sentent bien qu'ils sont de trop dans cet espace où la douceur côtoie le merveilleux. En sortant, vous vous sentez léger, léger, léger...

Même si la caresse du soleil, la mélodie des vagues, la pureté de l'air des cirques et les sourires bienveillants des Réunionnais commencent déjà à faire effet sur votre taux de zénitude, rien de tel qu'une pause bien-être après une journée de randonnée ou même après des heures de farniente... Alors n'hésitez pas à pousser la porte de l'un de nos havres de paix, vous ne le regretterez pas !



# INTENSÉMENT EXPÉRIENTIELLE

- Zistoir d'ici
- Temps suspendu
- Zeste d'insolite
- Parenthèse décalée



# ZISTOIR D'ICI

## LA VÉRITABLE VANILLE BOURBON

En plein cœur de la forêt des hauts de Sainte-Rose, se trouve une vanilleraie pas comme les autres : *Vanilla Bourbon*. En pénétrant dans le sous-bois luxuriant, vous découvrez un monde plein de vie où orchidées côtoient fougères, caféiers et pieds de combava. En compagnie de Maryse, vous passez deux heures passionnantes sur ce site protégé où tout se fait à la main, dans le plus grand respect de la nature. Les secrets de la culture de cette vanille 100% naturelle vous sont dévoilés et vous apprenez notamment comment, en 1841, les destins de la délicate plante et d'un jeune esclave de Sainte-Suzanne ont été intimement liés. Laissez-vous surprendre par cette visite aux saveurs authentiques !



## VISITE D'UN CHAMP DE THÉ

À Grand-Coude, dans les Hauts de Saint-Joseph, vous découvrez une exploitation agricole aussi belle que rare : Johnny et Emmanuelle sont les seuls producteurs de thé en France. Vous pénétrez ici dans un vrai labyrinthe végétal et retrouvez votre âme d'enfant à l'ombre des théiers géants. Puis, dans un jardin d'antan, vous vous enivrez de délicieux parfums. Citronnelle, rose, poivre, géranium rosat... vos sens sont en émoi ! Dans une petite cabane en bois de conte de fées, vous terminez la visite en dégustant une tasse de ce breuvage millénaire délicieusement parfumé. En bonus, vous pouvez repartir avec quelques mets délicats proposés en boutique : sirops, gelées, miel, huiles essentielles et bien sûr...du thé !

## BALADE EN BORD DE RIVIÈRE

Dans l'Est de La Réunion, on prend toute la mesure de l'exubérante nature tropicale. Laissez-vous guider par Geoffrey à travers l'îlet Béthléem, entre rivière, plantes endémiques et vergers de letchis. Au cours de cette balade accessible à tous, vous prenez le temps d'observer la nature environnante, particulièrement généreuse, vous découvrez de nombreuses plantes endémiques, vous tombez nez-à-nez avec une vieille chapelle du XIX<sup>e</sup> siècle et vous contemplez les nids des oiseaux tisserins, que vous désigne votre sympathique guide. Puis, vous vous installez à l'ombre au bord de la rivière, pour un moment de partage dans un cadre enchanteur. Une manière agréable de découvrir l'art de vivre réunionnais, au plus près de la nature. Entendez-vous pousser les bambous ?

## LES SECRETS DU COCO

Tout est bon dans le cocotier ! Un passage à *La Maison du Coco* suffit pour vous en convaincre. Au sein de leur domaine agricole de Saint-Leu, Mireille et Didier vous invitent à découvrir les 1 000 usages possibles de "l'arbre de vie".

Vous apprenez à cueillir la noix, à la casser d'un coup de sabre, à prélever son eau rafraîchissante et à râper sa pulpe pour réaliser de délicieux rochers. Vous dégustez noix fraîche, eau, huile vierge (unique en Europe), mélasse, sucre de coco et sorbet artisanal.

Les plus gourmands peuvent même choisir de déjeuner tout coco. Petit bonus, après votre initiation au tressage de palmes, vous repartez avec votre création !



© IRT / La Vie en Mauve

## ENTRE CANNE ET CHARRETTE-BŒUF

Aux portes de Saint-Pierre, vous grimpez à bord d'une charrette à bœufs pour remonter le temps, à travers les champs de canne à sucre. Confortablement installé dans la charrette qui brinquebale sur un chemin caillouteux de la Ravine Blanche, vous découvrez l'histoire de la canne grâce à Sandy. Au bord d'un champ, sabre en main, vous vous initiez à la coupe de la canne. Lors d'une halte sur la propriété familiale, vous dégustez un succulent gâteau péi. Puis direction *La Saga du Rhum* ! Retour à la modernité dans ce musée tenu par Isautier, le plus ancien fabricant local de spiritueux. Après la visite et une dégustation de rhums arrangés, Sandy vous invite à vous asseoir pour un pique-nique typiquement créole ! Cette expérience est proposée uniquement entre juillet et décembre.

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.  
À consommer avec modération.*

## LE CAFÉ BOURBON POINTU

Grand-Coude est décidément un repaire de choix pour les mets d'exception : c'est ici que se cultive l'un des meilleurs cafés du monde ! À l'orée du nouveau millénaire, Jacques et Marie-Claude ont fait renaitre Laurina, autre nom du Bourbon Pointu.

L'attachant couple retrace l'histoire singulière de la plante dans un petit musée à l'architecture créole typique puis vous entraîne au milieu des caféiers pour vous parler de sa production entièrement artisanale. Nul besoin de savoir lire dans le marc de café pour vous prédire un bouquet d'émotions à la *Maison du Laurina*.



© IRT / La Vie en Mauve

## ATELIER DE CUISINE RÉUNIONNAISE

Vous rejoignez le chaleureux Jacky et une poignée d'autres apprentis cuisiniers sur le marché du Chaudron pour une journée conviviale et gourmande. Vous faites le plein de produits frais, avant de vous initier à la cuisine réunionnaise au *Far Far Créol*.

Vous pilez le piment dans un mortier, pendant que l'un de vos camarades trie les brèdes et que Jacky attise un feu de bois. Les marmites chauffent, les poêles crépitent et les rires fusent, un vrai moment de partage *made in La Réunion* !

Puis vous passez à table pour déguster les bons petits plats préparés en commun : gratin de bois de songe ou cari de porc au chou de coco. Du marché à l'assiette, vous avez désormais tous les ingrédients pour réussir un bon plat traditionnel créole !

## CABARET MUSICAL DES HAUTS

Direction la Plaine-des-Cafres pour un euphorisant d'iner-spectacle ! Avec une bonne dose d'humour et en chansons, le cabaret *Pat Jaune* dépeint des anecdotes de la vie quotidienne dans les Hauts de l'île.

Vous passez une soirée mémorable, avec un groupe de musiciens au look inimitable.

Les trois frères Gonthier et leur complice Claudine vous embarquent dans un voyage en saveurs et en musique à travers l'histoire de La Réunion. Avec ce quatuor haut en couleurs, vous partagez un vrai moment de convivialité, entre sketches et chansons, plats créoles et fous rires.



## L'UNIQUE VANILLE BLEUE

Nous avons débusqué des gousses uniques au monde au pied du volcan, à Saint-Philippe !

La vanille bleue de Nicole et Aimé ne subit aucune cuisson et, après deux ans d'affinage, ses gousses restent vivantes et sont comestibles à 100%. Comme un grand vin, elles continuent de se bonifier avec le temps et ses qualités aromatiques en font un produit d'exception multiprimé et apprécié des plus grands chefs.

Lors de la visite de l'atelier, les affineurs vous révèlent les secrets de leur savoir-faire artisanal d'excellence et vous convient à une dégustation de rhums arrangés maison.

*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.  
À consommer avec modération.*

## LES MYSTÈRES DU VÉTIVER

Sous les mains expertes de Didier, l'un des derniers cultivateurs de vétiver de l'île, la graminée à l'essence boisée peut se transformer en véritable trésor, prisé des plus grands parfumeurs, en parasols et même... en fagots antimites ! Comment ? Pour le découvrir, direction le Far-Far de Bézaves, dans les hauts de Saint-Joseph, où vous exercez votre main verte, de la plantation à la récolte, taillez des plans au sabre, et plongez dans l'histoire d'une culture pluricentenaire. Au cœur de cette exploitation qui accueille également canne à sucre, café « Bourbon Pointu » et curcuma, le vétiver vous dévoile tous ses secrets. Pour finir, vous dégustez un gâteau manioc et crème caramel à l'arrow root, suivi du véritable café Bourbon Pointu. Une manière idéale de conclure cette visite authentique et parfumée !



## VISITE D'UN TEMPLE HINDOU

En entrant dans le petit temple associatif et familial Maryen Péroumal, à Saint-André, vous partez à la rencontre de Ganesh, Vishnou et de bien d'autres divinités hindoues, parmi les 330 millions existants !

Dès les premières minutes, l'odeur de l'encens et des colliers de fleurs fraîches qui ornent les statues colorées ravit vos narines et vous plonge dans un univers à part entière. Mythologie, rites, sacrifices à la déesse Karli, marches sur le feu... votre guide vous dévoile toutes les spécificités de l'hindouisme à La Réunion. Un moment de partage et de découverte d'une autre culture, et d'une autre religion, dans l'un des rares temples de l'île ouvert aux visiteurs !



## LES SAVEURS CRÉOLES, DU CHAMP À L'ASSIETTE

Dans les hauts de Sainte-Anne, plongez dans la cuisine « lontan » en compagnie de Philippe, un agriculteur qui veille amoureuxment sur les traditions réunionnaises. Dans l'atmosphère chaleureuse d'une cuisine au feu de bois, vous participez à un atelier culinaire pas comme les autres. « Risofé », « ti jacques boucané », « massalé la corée », et beignets de papaye verte prennent vie, sous les mains expertes de Philippe et de ses apprentis commis. Pendant que les marmites mijotent, direction l'exploitation agricole ! Vous apprenez à couper la canne et découvrez quelques-unes des merveilles réunionnaises : ananas, baba figue, vangasaye, café bourbon pointu, oranges, vacoa, zembrozade, citron galet... Une balade entrecoupée de dégustations et d'anecdotes qui vous met l'eau à la bouche.

Ça tombe bien, avec Philippe, vos papilles sont choyées ! Après un repas créole savoureux, dégusté dans des feuilles de banane, c'est une dégustation de miel en direct de la ruche qui vous attend ! Pour résumer cette expérience empreinte de mille saveurs, il suffit de citer Philippe : « les choses les plus simples sont les meilleures » !

# TEMPS SUSPENDU

## LE COUCHER DU SOLEIL LES PIEDS DANS L'EAU

Comment occuper la dernière heure du jour sur l'île intense ? En profitant de l'instant, devant le soleil couchant. Les derniers rayons dessinent un chemin doré sur le lagon, l'eau scintille, les vagues murmurent délicatement.



© IRT / Stéphane Codin

Vous contemplez les métamorphoses du ciel. Il passe du jaune orangé au rose flamboyant en un instant, puis le disque d'or plonge dans l'océan.

Assis sur le sable encore chaud, vous sirotez un bon cocktail et communiquez avec l'espace et le temps. Roch Voisine ne doit pas être loin.

Après le crépuscule, la côte Ouest revêt ses vêtements de fête : la musique, les rires et le tintement des verres annoncent le début d'une joyeuse soirée. Il est temps de goûter à la convivialité réunionnaise !



© IRT / Emmanuel Virin

## RANDONNÉE AU PITON DES NEIGES

Attention scoop : il peut neiger à La Réunion ! Mais pas n'importe où : à 3 071 mètres d'altitude, sur le toit de l'océan Indien. Le chemin vers le Piton des Neiges oscille entre forêt, givre et scories volcaniques.

À 2 400 mètres d'altitude, vous pouvez faire une halte au *Refuge de la Caverne Dufour* avant l'ascension finale !

Et quel n'est pas votre étonnement lorsque le soleil braque son projecteur sur les exceptionnels reliefs réunionnais et sur l'océan à perte de vue ! Perché au-dessus des nuages, vous avez l'impression d'assister au 1<sup>er</sup> matin du monde.

## BÉLOUVE, LA FORÊT PRIMAIRE DES HAUTS

À 1300m d'altitude, vous découvrez la plus magique des forêts tropicales : Bélouve.

Avant le début du sentier, un incroyable panorama sur le cirque de Salazie s'offre à vous.

Puis vous vous enfoncez peu à peu dans un sous-bois exubérant, à l'atmosphère féérique. Les rayons du soleil se prennent dans les hautes branches et jouent avec les bancs de brume.

Des tamarins des hauts aux formes tortueuses, des fougères arborescentes, des troncs de bois parés de mousses et d'orchidées sauvages...

Le sentier mène à un point de vue imprenable sur le Trou de Fer et ses spectaculaires cascades. Sur le sentier forestier de Bébou-Bérouve, la magie est partout !





© IRT / Miles & Love

## LA PLAINE DES SABLES

Pour pouvoir jouer les paparazzis devant le Piton de la Fournaise, il vous faut d'abord traverser la plaine des Sables. Sur cette piste à plus de 2 000m d'altitude, Neil Armstrong c'est vous !

Un paysage lunaire parsemé de scories aux teintes changeantes, de sable et de roches volcaniques s'étend sur des kilomètres. Puis vous arrivez au Pas de Bellecombe, qui ouvre la voie vers le piton de la Fournaise et vous révèle son enclos, formidable jardin de sculptures naturelles.

Sur le chemin, les coulées de magma figées sous vos pieds ne cessent de vous étonner. Puis, au bord du cratère fumant, l'émotion vous submerge. L'un des volcans les plus actifs du monde se tient là devant vous !

## LEVER DU SOLEIL AU MAÏDO

Avant les premières lueurs du jour, vous atteignez en voiture le point de vue du Piton Maïdo, à 2 200 mètres sur les hauteurs de Saint-Paul.

Quand apparaissent les premières lumières de l'aube, le rideau se lève doucement sur un décor grandiose, la ligne des crêtes et des sommets se révèle et les silhouettes massives du Piton des Neiges et du Gros Morne entrent en scène.

Du grand spectacle ! En contrebas, les contours harmonieux de Mafate se dessinent. Ce lieu coupé du monde semble vous inviter à sa rencontre. Pour gagner son cœur, il vous faudra marcher : nulle route ne mène à ce trésor secret.



© IRT / Serge Maritz



© IRT / Frog 974 Photographies

## OBSERVER LA VOIE LACTÉE

Osez l'expérience unique d'une nuit à la belle étoile à La Réunion ! Les Hauts de l'île sont un point d'observation idéal pour découvrir les merveilles du ciel austral. À deux mille mètres d'altitude, loin de l'agitation et des lumières de la ville, dans le grand silence de la nature, vous vous glissez dans un duvet et profitez du spectacle. Votre esprit vagabonde sous le ciel de cristal et se perd dans la Voie lactée et sa longue trainée lumineuse. Au fil des minutes, vos yeux distinguent un nombre grandissant d'étoiles et de galaxies dans la voûte céleste, quand ils ne sont pas distraits par la fulgurance d'une étoile filante. La nuit avance et vous laisse des étoiles pleines les yeux...

# ZESTE D'INSOLITE

## DESSINER SOUS L'EAU, DANS LE LAGON

À La Réunion, même les rêves les plus fous se réalisent. Aujourd'hui, vous dessinez sous l'eau ! En compagnie de Fred, un illustrateur passionné, vous vous immergez dans le lagon de La Saline avec un masque, un tuba, une planche à dessin et des craies waterproof aux pigments magiques.

En grand connaisseur des coraux et des poissons tropicaux, Fred vous présente les habitants du lagon : poissons-papillons, demoiselles, labres... Puis votre petit groupe de dessinateurs en herbe regagne la plage pour donner la touche finale aux œuvres aquatiques. Un beau moment de complicité à vivre entre amis ou avec vos enfants !



© IRT / La Vie en Mauve

## L'ÉTANG DE SAINT-PAUL EN KAYAK

À La Réunion, il est un havre de paix insoupçonné : l'étang de Saint-Paul. À deux pas de la ville, vous découvrez ce cours d'eau labyrinthique en pagayant aux côtés d'écogardes passionnés. Votre kayak glisse sur l'eau tranquille où barbotent de timides poules d'eau.

Vous apercevez des *endormis* accrochés aux tiges de papyrus, ou un héron strié qui s'envole majestueusement.

Puis vous atteignez le Tour des Roches et son bassin. La prochaine fois, vous pourrez arpenter cette zone classée Réserve Naturelle Nationale sur la terre ferme, à pied ou à vélo !



© IRT / Stéphanie Michel

## UNE NUIT SOUS LES ÉTOILES

Aux Makes, dans une forêt de conifères à 1500 m d'altitude, vous passez la plus insolite des nuits dans... une bulle ! Salle de bain, salon, chauffage et lit douillet : c'est une nuit 5 étoiles qui vous attend. Voire même 10 000 étoiles, car un iPad et une application dédiée sont mis à votre disposition pour vous plonger dans le cosmos.

Avant de profiter de votre observatoire astronomique privé, vous vous délectez d'un repas qui détonne : fondue ou raclette !

Vous vous réveillez la tête pleine d'étoiles et, à la lumière du jour, la beauté du site vous submerge. En quittant votre *Kaz Insolite*, vous vous sentez aussi léger qu'une bulle de savon !

## RANDONNÉE ET HÉLICO À MAFATE

Combiner randonnée et vol en hélicoptère, c'est possible à La Réunion ! Au départ de Deux-Bras, vous entamez une marche de 2 heures, de la rivière des Galets à l'îlet de Cayenne, en passant par le bassin du bras d'Oussy.

Les silhouettes imposantes du Piton Cabris puis du Piton des Calumets se dressent devant nous.

À Cayenne, vous partagez un succulent cari cuit au feu de bois dans un gîte aux tôles multicolores. Puis vous embarquez dans un hélicoptère et découvrez des sensations inédites !

Du ciel, vous contemplez la profondeur des gorges de Mafate et ses petits îlets et vous prenez toute la mesure de la rareté de ce lieu hors du temps et des tumultes du monde.



## UNE NUIT EN HÔTEL DE CHARME

À Saint-Leu, vous goûtez à la sérénité d'un hôtel 5 étoiles classé Relais & Châteaux aussi raffiné que discret : le *Blue Margouillat*. Cet établissement se distingue par son ambiance cosy, ses lumières tamisées et sa vue panoramique sur l'océan Indien.

Depuis le balcon sur la mer, même les baleines de passage n'échappent pas à votre regard ! Allongé sur un transat, vous profitez du soleil au bord de la piscine chauffée. Puis vous vous délectez de produits créoles admirablement travaillés au restaurant gastronomique de l'hôtel, l'un des meilleurs de l'île.

Pupilles et papilles rassasiées, vous plongez dans votre cocon, pour une nuit de douceur et de rêves dorés !

## L'ÉDEN EN HÉLICOPTÈRE

De bon matin, Patrice vous entraîne sur le sentier de la Petite Ravine, près de la ville du Tampon. À flanc de rempart, il descend au fond de l'une des plus profondes gorges de La Réunion : le Bras de la Plaine. Après deux heures de marche, vous arrivez à destination : *L'Eden du Randonneur*.

Créé par "Tonton" et ses fils, au milieu d'un véritable coin de paradis, cette maison faite de bois et de pierre volcanique ressemble à la cabane de Robinson Crusoé.

Autour d'un bon repas au feu de bois, vos hôtes vous racontent mille histoires créoles. Le lendemain, c'est en hélico que vous quittez le plus authentique des gîtes de montagne !



© IRT / Corinne Teulier

## LA FORÊT DE L'ÉTANG-SALÉ EN SEGWAY

Une balade en gyropode tout-terrain dans la magnifique forêt d'Étang-Salé, ça vous tente ? votre guide instructeur, commence par vous initier au pilotage de cet engin vif et très maniable, idéal pour découvrir la nature réunionnaise de près. Puis, sur les pistes de sable, la voix du guide retentit dans votre oreillette : il vous raconte l'histoire des lieux et détaille leur végétation.

En fin d'après-midi vous parcourez une magnifique plage de sable noir sous les cocotiers. Jus de fruits, samoussas et autres gourmandises créoles vous attendent. Vous levez vos verres à cette journée d'exception devant un superbe soleil couchant !



© IRT / La Vie en Mauve



© IRT / La Petite Créole

## UN TUNNEL SUSPENDU

Gants, genouillères, casques, frontales et baudriers : vous voilà parés à plonger, ou plutôt à vous hisser, dans l'un des plus grands tunnels de lave de l'île, né d'une éruption du Piton des Neiges, il y a des dizaines de milliers d'années. À 6 mètres de hauteur, vous apprivoisez le silence et l'obscurité en suivant les pas de Sébastien, votre guide, à travers le « boyau » ou la « salle du petit-déjeuner », avec ses banquettes de lave. Dans cet univers minéral, vos sensations sont décuplées. Dégustation de thé dans l'obscurité et descente en tyrolienne complètent cette expérience hors du commun. Si certains arpentent encore le tunnel en espérant trouver le butin de la Buse, c'est indubitablement sur ses parois, aux reflets de pierres précieuses et de feuilles d'or, que se trouve le véritable trésor !

## RANDONNÉE MÉDITATION

Envie d'une randonnée pas comme les autres ? Non loin du Maïdo, dans la sublime forêt des Tamarins, Claire vous propose une expérience sensorielle unique qui permet d'allier les bienfaits de la marche à ceux de la méditation.

Astuces, conseils de postures et temps d'échange vous permettent de (re)découvrir vos 5 sens et de profiter pleinement du moment présent. La sensation du sol sous vos pieds, le bruit du vent qui agite les petits tamarins des hauts, le parfum de la terre volcanique chauffée par le soleil... Après avoir alterné entre exercices de marche, de respiration et de méditation, vous partagez un pique-nique au Piton Rouge, profitez du panorama sur la forêt des Tamarins, visitez les cavernes de « Marrons », et faites connaissance avec le légendaire roi Phaonce... Un programme de rêve pour vos chakras.



© IRT / Brieuc Coessens

## LA SPIRULINE AUX MILLE VERTUS

Vous souhaitez retrouver énergie, sommeil, sérénité et concentration, ou vous êtes simplement curieux des trésors de la nature ? Venez découvrir « l'aliment du siècle » dans les hauteurs de Sainte-Marie ! Rendez-vous avec la dynamique Catherine pour une visite inédite d'un lieu, souvent tenu secret : la ferme aquacole Run Spirit. Il s'y cultive un produit unique, aux propriétés nutritives quasi magiques et 100% péi : la Spiruline. Des bassins de culture, au laboratoire, vous découvrez les différentes étapes de la transformation de cette micro-algue bleue et ses nombreuses vertus. Puis vient le temps de la dégustation ! En verrine, dans du beurre, ou accompagnée d'un jus de citron frais, la Spiruline vous réserve de belles surprises. Après cette visite conviviale, vous ne pouvez plus vous en passer !



© IRT / Brieuc Coessens



## MASSAGE SUR LE LAGON

Se faire masser sur un paddle, bercé par le bruit des vagues... Un rêve ? Qui peut devenir réalité avec Didier ! Ce dernier vous accueille sur la plage de La Saline pour un moment de détente, à vivre en duo. À l'ombre d'un parasol, nattes de plage, transats, coussins et cocktails détox vous attendent. Pour reconnecter avec vos sens, Didier vous a concocté un programme É-P-U-I-S-A-N-T...

- 1) Vous fermez les yeux, la voix de Didier vous guide vers une respiration plus apaisée, plus profonde, plus relaxante.
- 2) Vous vous initiez à l'automassage, en repérant des points d'acupression à stimuler. Fatigue, stress, migraines, tensions musculaires... désormais, plus aucun de ces maux ne résistera à vos doigts experts !
- 3) Votre bienfaiteur vous invite à vous installer à tour de rôle sur une véritable table de massage flottante, avec des coussins ergonomiques et une structure équipée de voilages. Plouf ! Tous vos soucis tombent à l'eau !

## BIEN-ÊTRE 5 ÉTOILES

À Petite Île, vous vous offrez un moment d'exception au Palm Hotel & Spa \*\*\*\*\*, premier hôtel de l'océan Indien à obtenir « l'Ecolabel Européen », juste au-dessus de la mythique plage de Grande Anse. Après un modelage à l'Akéa Spa, un massage aquatique en piscine ou un bain dans le jacuzzi, vous admirez le coucher du soleil sur l'océan, allongé sur un lit à baldaquin posé à même le sable, en sirotant un délicieux cocktail de fruits frais. Puis, au Makassar, vous dégustez des plats mêlant produits d'ailleurs et ingrédients locaux pour une véritable explosion de saveurs. Une parenthèse idyllique au cœur d'un jardin tropical !



## ROAD TRIP EN VAN AMÉNAGÉ

Pendant trois jours, à bord d'un van aménagé, vous sillonnez les routes de l'île à la découverte de ses merveilles.

Cuisine, lit royal et douche solaire, rien ne manque ! Vous prenez la température de l'océan tout au long de votre périple, testez le paddle ou le kayak transparent, admirez les parapentistes de Saint-Leu, les anciennes coulées de lave, les geysers spectaculaires, les champs de canne à sucre, les cascades, les plages de sable noir. Vous visitez des lieux de culte exceptionnels, des cases créoles traditionnelles, dégustez des pains bouchon sur le pouce ou des repas gargantuesques dans des adresses insolites.



Vous passez vos nuits sur le littoral ou dans les Hauts, avec le coucher du soleil, les étoiles filantes et le bruit des vagues ou du vent pour berceuse. À l'arrivée, un peu plus de 400 kilomètres au compteur, et autant de moments inoubliables !

# PARENTHÈSE DÉCALÉE

## SAUTER EN PARACHUTE

Rendez-vous à l'aéroport de Pierrefonds à Saint-Pierre. L'excitation vous gagne quand vous êtes accueillis et briefés par votre moniteur, avant de grimper dans un hélicoptère ! À 3 000 m d'altitude, la porte latérale s'ouvre. Harnaché à votre porteur, vous lâchez prise. Littéralement. En tandem, vous plongez dans les airs en chute libre, avec pour témoins le Piton des Neiges, le Grand Bénare et l'océan Indien.

Puis la voile se déploie, la vitesse se stabilise et vous pouvez profiter de l'incroyable panorama.

Revenu sur terre, vous vous laissez submerger par un sentiment de plénitude. Vous venez de vivre l'une des expériences les plus intenses de votre vie !



© JRT / La Vie en Mauve

## CANYON DE TROU BLANC

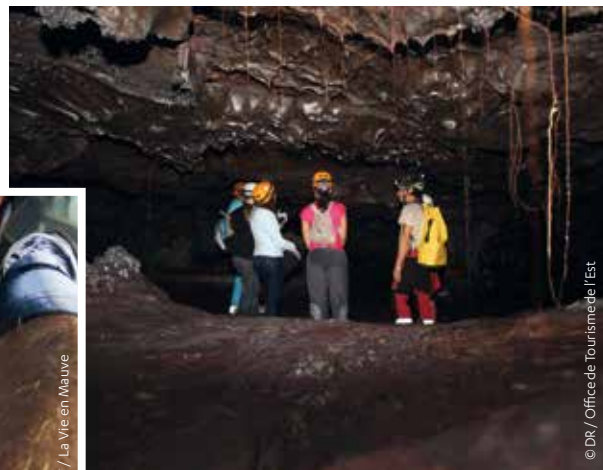
Sur les hauteurs du cirque de Salazie, vous retrouvez Simon, votre guide de canyoning, pour la journée. Après une marche d'approche de 40 minutes, vous entamez la descente du canyon de Trou Blanc, incontournable pour les amateurs de sensations fortes en eaux vives !

Marche, glissades sur des toboggans naturels, nage et sauts de plusieurs mètres dans des bassins d'eau limpide : six heures de sensations fortes vous attendent dans des décors grandioses.

Grâce à un somptueux mariage aquatique et minéral, le canyoning vous offre montées d'adrénaline et dépaysement total !



© JRT / La Vie en Mauve



© DR / Office de Tourisme de l'Est

## TUNNEL DE LAVE BLEU

Aujourd'hui, vous retrouvez votre âme d'enfant avec une expédition dans les profondeurs volcaniques de La Réunion. Tel Indiana Jones, vous arpentez l'un des plus beaux tunnels de lave de l'île... et le plus secret !

Située sur un terrain privé, l'entrée du *Tunnel bleu*, un petit jeune de 22 000 ans, est réservée à un groupe restreint de privilégiés ! Roches bleutées, orange ou rouges, surfaces grises pailletées et stalactites à l'aspect de chocolat fondu : la lumière de votre lampe révèle à chaque pas d'authentiques merveilles naturelles.

Dans le grand silence des profondeurs, vous avez l'impression d'être seul au monde. Vive la spéléologie intimiste !



## DESCENTE EN RAFTING

Dans l'est de l'île, vous accédez aux berges de la rivière des Marsouins en traversant une plantation de litchis. Une fois équipé, vous grimpez sur un kayak-raft. L'eau est limpide et le cadre paradisiaque.

Au cœur d'une nature apaisante, vous atteignez les premiers rapides. Vous gardez le cap et contrôlez votre trajectoire au milieu des rochers qui affluent. Hervé, votre moniteur de rafting, vous propose une petite halte. Vous plongez dans l'eau rafraîchissante et jouez avec le courant tumultueux, tandis qu'un papangue traverse le ciel.

En partageant un punch avec votre équipée à la fin du parcours, vous vous promettez de revenir vite !

## SPÉLÉO-MUSIQUE

Un soir de pleine lune. Rendez-vous sur la coulée volcanique de 2004 pour une sortie spéléologique pas comme les autres ! En compagnie de Julien, votre guide, et d'un quatuor bardé d'instruments traditionnels, vous parcourez un surprenant tunnel de lave constellé de formes presque organiques. Arrivé dans une petite grotte, vous éteignez votre lumière, et là, les premières notes éclatent dans l'obscurité et les rythmes créoles emplissent l'espace.

Vous vous laissez porter par la musique envoûtante, en harmonie parfaite avec la nature et les éléments. Là, sous le volcan, le temps s'arrête et votre cœur bat très fort !

En regagnant l'entrée du tunnel, la magie continue d'opérer : le reflet de la lune sur les coulées sombres et la mer en contre-bas apporte une atmosphère mystérieuse. Instant unique et inoubliable !



© IRT / Stéphane Fournet

## LA SAVANE À CHEVAL

Manou semble sortir tout droit d'un western. Depuis plusieurs années, il partage sa passion pour les chevaux, au milieu de la savane de la côte Ouest. Ce soir, c'est à votre tour de chevaucher à ses côtés ! Après une impressionnante démonstration de maniement du lasso en plein galop, le cow-boy donne le top départ.

Perché sur un *Quarter Horse* ou un *Appaloosa*, vous parcourez une étendue sauvage digne du Far-West. Le soleil couchant teinte d'or les vallonnements couverts de hautes herbes.

De retour au ranch, entre lasso, portrait d'un chef indien, musique country et feu de bois, le décor est planté ! Ce voyage dans le voyage restera longtemps dans votre mémoire.



© IRT / Miles & Love



© IRT / La Vie en Mauve



© IRT / La Vie en Mauve

## À LA RENCONTRE DES DAUPHINS

Ce matin, vous avez rendez-vous avec Manu, moniteur de plongée, et Jo, pilote de bateau sur le port de Saint-Gilles. Après un consciencieux briefing, ensemble, vous prenez le large ! Après quelques dizaines de minutes seulement, vous approchez un banc de dauphins. Ils sont là, jouant autour du bateau et faisant des saltos hors de l'eau. Il est temps d'aller les observer de plus près... sous l'eau !

Vous vous retrouvez au milieu des joyeux cétacés et entendez leurs sifflements. Non, vous ne rêvez pas. La caméra de Manu ne perd pas une miette de cette rencontre exceptionnelle.

Sur le chemin du retour vos yeux pétillent et vous avez le sourire aux lèvres ! La prochaine fois, vous tenterez d'approcher les baleines...

## PILOTER UN PARAPENTE

L'heure de votre baptême en parapente est venue ! Avec Rémi, plusieurs fois sacré champion à La Réunion, vous prenez la route des Colimaçons, sur les hauteurs de Saint-Leu.

À 800m d'altitude, vous atteignez la zone aménagée pour les décollages. La vue est somptueuse. Après les vérifications d'usage, le signal est donné. Vous courez droit devant sur la pente herbeuse, en direction de la mer. La voile du parapente se gonfle et vos pieds se soulèvent du sol.

Au milieu du ciel, Rémi vous passe les commandes. Virages à droite, puis à gauche, tel un paille-en-queue vous cherchez les courants ascendants. Là-haut, dans la quiétude du ciel réunionnais, vos yeux sondent Saint-Leu et ses environs. Quelques instants plus tard, vous atterrissez en douceur sur le sable, la tête encore dans les nuages.

## BALADE EN KAYAK TRANSPARENT

À Trou d'Eau, sur la côte Ouest, vous embarquez sur un kayak transparent pour une excursion aquatique dans le lagon.

Sur son paddle-board, Sébastien vous accompagne et fait les présentations : balistes, murènes et autres bernard-l'hermite, chaque corail de Trou d'Eau abrite de nombreux habitants.

Sous votre embarcation translucide, la vie sous-marine se dévoile. Après cette découverte originale du lagon, vous regagnez la plage pour un autre vibrant spectacle : celui du soleil couchant ! Confortablement installé sur un transat, vous contemplez le ciel qui s'embrase avant que l'astre du jour ne fasse son plongeon quotidien dans l'océan Indien !

## CARI-CANYON À CILAOS

Luciano vous attend en plein cœur du cirque de Cilaos, l'un des joyaux de La Réunion, pour un cari-canyoning dans la rivière de Bras Rouge. Cette perle aquatique prend sa source directement aux pieds du Piton des Neiges à 2500 mètres. Après une demi-heure de marche dans une nature luxuriante, c'est parti pour près de 3 heures d'activités aériennes et aquatiques ! Toboggans naturels, sauts, tyroliennes, nages en eaux-vives, descente en rappel... Il y en a pour tous les goûts. Après l'effort, voici venu le temps du réconfort chez Luciano. Entre deux cases créoles aux authentiques lambrequins, dans un cadre verdoyant et profitant d'une vue sublime sur le cirque, vous partagez un déjeuner créole dans les règles de l'art. Une activité insolite, entre convivialité et émotions intenses, à consommer sans modération !



# LES OFFICES DE TOURISME



**NORD**

**OFFICE DE TOURISME  
INTERCOMMUNAL DU NORD**

**CATEGORIE III**

info@lebeaupays.com

[www.lebeaupays.com](http://www.lebeaupays.com)



• **Antenne de Saint-Denis**

Maison Carrère

Tél. +262 (0)2 62 41 83 00

• **Antenne de Sainte-Suzanne**

Tél. +262 (0)2 62 52 13 54



**OUEST**

**OFFICE DE TOURISME  
INTERCOMMUNAL DE L'OUEST**

**CATEGORIE I**

Tél. +262 (0)2 62 42 31 31

accueil@ouest-lareunion.com

[www.ouest-lareunion.com](http://www.ouest-lareunion.com)



• **Bureau d'information touristique de Saint-Gilles**

• **Bureau d'information touristique de Saint-Leu**

• **Bureau d'information touristique du Port**



**SUD**

**DESTINATION SUD**

**CATEGORIE I**

[www.sudreuniontourisme.fr](http://www.sudreuniontourisme.fr)

• **Bureau d'information touristique de Cilaos**

Tél. +262 (0)2 62 31 71 71

accueil.cilaos@gmail.com



• **Bureau d'information touristique de l'Étang-Salé**

Tél. +262 (0)2 62 35 69 51

accueil.otetangsale@gmail.com



• **Bureau d'information touristique de Saint-Pierre**

Tél. +262 (0)2 62 25 02 36

saintpierre.tourisme@gmail.com



**MAISON DU TOURISME DU SUD SAUVAGE**

Tél. +262 (0)2 62 37 37 11

accueil.sudsauvage@gmail.com

[www.sudreuniontourisme.fr](http://www.sudreuniontourisme.fr)



**OFFICE DE TOURISME DE SAINT-PHILIPPE**

Tél. +262 (0)2 62 97 75 84

otstphilippe@gmail.com

[www.sudreuniontourisme.fr](http://www.sudreuniontourisme.fr)



**OFFICE DE TOURISME DE L'ENTRE-DEUX**

Tél. +262 (0)2 62 39 69 80

ot.entre2@gmail.com

[www.sudreuniontourisme.fr](http://www.sudreuniontourisme.fr)



**OFFICE DE TOURISME  
DU TAMPON PLAINE DES CAFRES**

RN 3 - Bourg-Murat

Tél. +262 (0)2 62 27 40 00

officetourismetampon@gmail.com

[www.sudreuniontourisme.fr](http://www.sudreuniontourisme.fr)



**EST**

**OFFICE DE TOURISME  
INTERCOMMUNAL DE L'EST**

**CATEGORIE III**

info@reunionest.fr

[www.reunionest.fr](http://www.reunionest.fr)



• **Antenne de Saint-André**

Maison Martin Valliamée

Tél. +262 (0)2 62 46 16 16

• **Antenne de Saint-Benoît**

Tél. +262 (0)2 62 47 05 09

• **Antenne de Salazie**

Tél. +262 (0)2 62 47 89 89

• **Antenne de la Plaine-des-Palmistes**

Maison du Parc National

Tél. +262 (0)2 62 41 17 70

• **Antenne de Bras-Panon**

21 RN 2

Tél. +262 (0)2 62 23 98 36

Édité par l'Île de La Réunion Tourisme, juillet 2019. Suivi de production: Guylène Pink, IRT/Direction Marketing et Communication. Texte : Morgane Bonet. Maquette : HTC. Impression: Graphic System. Imprimé en France. Les textes et les photos ne sont en rien contractuels et n'engagent pas la responsabilité de l'Île de La Réunion Tourisme. 1<sup>er</sup> de couverture: IRT / Olivier Octobre, 4<sup>er</sup> de couverture: IRT / Stéphane Fournet.



ÎLE DE LA RÉUNION  
TOURISME

**Île de La Réunion**

Tél. +262 (0)2 62 90 78 78  
contact@reunion.fr  
**reunion.fr**

**Antenne Paris**

Tél. +33 (0)1 40 75 02 79  
Fax +33 (0)1 40 75 02 73  
irtparis@reunion.fr



Cette campagne  
de promotion  
est cofinancée par  
l'Union Européenne



l'Europe  
s'engage



RÉGION RÉUNION  
www.regionreunion.com

Le programme d'actions FEDER 2019 de l'Île de la Réunion Tourisme,  
est cofinancé par l'Union Européenne et la Région Réunion.