

## Pif paf plouf : aux thermes en Équateur !

Dernière mise à jour le 10/04/2024

Qui dit volcans, dit eaux chaudes ! Il est donc évident que ce petit pays ne manque pas de thermes. Je vous indique les meilleurs endroits pour barboter !

*En bref: Sources d'eaux chaudes, propriétés apaisantes, je vous dis tout sur les thermes en Equateur!*

**L'Équateur est un pays volcanique** et certains viendront le visiter pour se lancer [à l'assaut des sommets](#) impressionnants et majestueux des Andes. Je les comprends, il y a de quoi faire ! D'autres pourraient pourtant vouloir en profiter de manière plus reposante en se plongeant dans une bonne piscine d'eau chaude. Les deux étant bien évidemment conciliables et même très recommandés !

Je vous partage mes sites préférés pour aller faire trempette dans les sources d'eau chaude et sulfureuse, retrouver sa peau de bébé et peut-être même une seconde jeunesse ! Et oui, toutes ces eaux thermales ont des propriétés secrètes des plus surprenantes.

Commençons par les plus célèbres :

- [Papallacta](#)

Ce site thermal à l'Est de Quito est un des plus beaux d'Équateur et sûrement le plus connu. En plus des nombreuses piscines, il offre également spa et chambres. Idéalement situé dans un **paysage de carte postale**, vous pourrez y rester facilement quelques jours pour profiter des environs dans la journée ([Antisana](#), Cayambe, etc.) et vous plonger dans l'eau au soir venu.

Petite information toujours utile, c'est très prisé le week-end par les *Quiteñas* et *Quiteños*. Si vous y allez en semaine, vous serez plus tranquille et chez un de mes partenaires, c'est encore mieux !



Il existe aussi de chouettes randonnées dans le coin sur des sentiers verdoyants. Ici l'eau est partout et l'endroit est des plus reposants, tout proche de la ville ! Papallacta constitue une bonne étape [sur le chemin de l'Amazonie](#) ou encore avant de reprendre [son vol de retour au pays](#) !

- **Cuenca : Baños de Cuenca**

De passage à [Cuenca](#), pourquoi ne pas faire un petit détour dans le complexe thermal de « Baños de Cuenca » ? Eh oui, c'est [le](#)

[Baños](#) méconnu du Sud de l'Equateur ! Situé au-dessus d'une faille géologique de 400 mètres de long à environ 15 minutes de cette charmante ville coloniale, il y arrive une eau aux vertus thérapeutiques à 78°C !!! Ne vous inquiétez pas, pour que vous puissiez rentrer dans les bassins sans ressembler à des écrevisses, ils la refroidissent.

Là encore, **la vue est superbe** ! On prête à l'eau de ces thermes en particulier des propriétés contre les rhumatismes, les problèmes respiratoires, les maladies de peau... Oui rien que ça ! Mais attention, pour bénéficier de tous ces avantages, il est recommandé d'alterner entre bains chauds (40°C) et bains froids (8°C). Ah je sens que vous hésitez tout de suite...

### • [Baños de Aguas Santas](#)

Le nom de la ville de Baños est assez évocateur et on y trouve de nombreuses piscines thermales publiques dans la ville : Piscinas de la Virgen, Piscinas de Santa Clara, Piscinas El Salado ou encore Piscinas Santa Ana. Vous pouvez aussi trouver de nombreux hôtels avec spa (pensez à me demander plus d'adresses), [des petits coins massage](#) à de prix accessibles, ou avec des « **baños de cajon** », une spécialité de la ville. Kezako ? Vous entrez dans une « caisse » fermée en bois avec seulement la tête qui dépasse pour prendre un bain de vapeur. Oui, c'est une expérience insolite et vous allez l'adorer !!!



Vous cherchez à être plus tranquille, vous faire un petit plaisir ou vous retrouver en amoureux ? J'ai aussi bien sûr ce qu'il vous faut. Sur le chemin de la « Casa del Arbol », vous passerez par Runtún. Dans ce hameau, vous trouverez des **thermes privées haut de gamme** avec une vue exceptionnelle sur la ville. Demandez l'information à l'équipe [lors du briefing](#) . Voir le soleil se coucher depuis ce point de vue unique vous séduira ! Et pour seulement 20 US\$ par personne et sans enfants...

Dans chaque région du pays, **même sur le Pacifique et aux portes de l'Amazonie**, il y a bien d'autres lieux pour profiter des eaux thermales dans le pays. Parmi ceux-là, je vous partage mes petites pépites :

### • Lloa

Le village de Lloa est surtout connu pour être le départ de la randonnée de [l'intégral du Pichincha](#) . C'est aussi une vallée très verte magnifique et avec des sources thermales. Mon conseil donc, si vous partez gravir les sommets du Pichincha, commencez par [Quito](#) et **finissez en maillot** pour vous délasser dans de l'eau chaude à l'arrivée à Lloa ! Garantie 100% des sentiers battus !

Qu'est-ce que vous en pensez ? Vous allez réfléchir à prolonger votre [séjour Chez Léon](#) ?



- **Piscines de Gütig**

Les équatoriens sont très fiers et friands de cette eau gazeuse naturelle qui provient du fameux volcan Cotopaxi. Situées à environ 5km du centre de Machachi, les piscines Tesalia vous offrent la possibilité rare de vous baigner dans **une piscine pétillante et rafraîchissante**. Attention elle est *al clima* (12-13° ! Autant vous dire que c'est du genre revigorant mais ce n'est pas tous les jours qu'on barbote dans de l'eau minérale !)

- **Ruta de las termas**

Vous avez envie d'une expérience authentique ? [Le nord du pays](#) regorge d'eaux thermales essentiellement fréquentées par des locaux. Je peux par exemple vous citer Santagua Termas de Chachimbiro ou Aguasavia à **Urcuqui** et bien sûr [les thermes de Nangulvi](#) dans la superbe [vallée d'Intag](#) Tentez l'expérience, ça fait de beaux souvenirs !

- **Oyacachi**

Si vous êtes en route pour la cascade de San Rafael ou de retour après l'ascension du volcan Reventador, une petite pause dans cette communauté fait toujours plaisir. Et oui, elle compte 6 belles piscines pour se détendre !

- **Agua Blanca**

Vous êtes de passage sur la côte à [Puerto Lopez](#), sur la plage de « los Frailes » et votre peau commence à être usée par le sel et le soleil ? Pas de problème, faites un arrêt à [la communauté d'Agua Blanca](#). En plus de découvrir les trésors de culture qu'elle renferme, vous pourrez terminer la visite par un bain de boue dans **cette piscine soufrée et sacrée**. Le résultat est impressionnant !



Tant que j'y pense, n'oubliez pas de me demander mon petit secret sur le Pacifique. Et oui, avec mon ami Rosendo, vous pourrez découvrir de magnifiques forêts du parc Machalilla à pied ou à dos de cheval selon vos envies. Faites aussi une pause pour visiter les fouilles archéologiques de civilisations perdues en train d'être redécouvertes !

#### • Balao Chico

Vous descendez de Cuenca vers le Pacifique ? Vous comptez vous arrêter à la finca de cacao de Jairo ? J'ai une autre petite adresse dans la région : les **eaux thermales d'une communauté Shuar** ! Et oui, en plein cœur de la région Guayas, vous retrouverez un charme amazonien et pourrez découvrir les traditions et coutumes de ce peuple amérindien, dont des massages à l'argile.

Entre les différentes piscines, les 7 cascades, [la mangrove de Churute](#) et [le chocolat maison de Cacao y Mango](#), voilà encore une étape qui ravira toute la famille.

Avec toutes ces eaux thermales à travers chaque région du pays, vous savez maintenant comment vous détendre après de belles journées de découverte. Et oui, en Équateur, il y en a **pour tous les goûts et tous les plaisirs**. Vous avez déniché une autre petite adresse insolite ? Pensez à la partager avec tous les voyageurs du Réseau Solidaire dans [un carnet de voyage](#) !

Allez, je vous laisse méditer aux thermes que vous visiterez et je reviens très vite pour une nouvelle chronique.

À très bientôt,

**Léon de Quito**

*Un [road-trip dans les Andes](#) ? Un [séjour en Amazonie](#) ? Une [croisière aux Galapagos](#) ? Je vous aide avec plaisir à profiter des trésors de l'Équateur aux meilleures conditions grâce aux partenaires du Réseau Solidaire ! Dès maintenant, vous pouvez aussi me poser toutes vos questions sur le [Forum](#) en commençant une nouvelle discussion. Allez, je vous attends !!!*