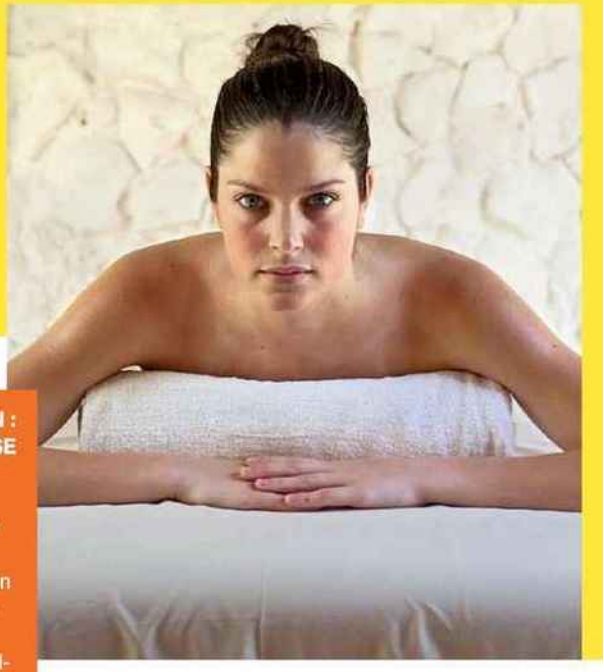
Version femina
Pays : France
Périodicité : Hebdomadaire
OJD : 2941827

Date : 03/09 AVRIL 17
Page de l'article : p.46

Dossier

Je m'offre une cure

Réserver un soin en institut ou chez le kinésithérapeute, c'est l'assurance de profiter d'un modelage professionnel et en profondeur. Avec, à la clé, un vrai moment pour soi, d'où l'importance de le choisir selon ses goûts.



JE VEUX UN SOIN NATUREL

Aroma Blend de Decléor

Le principe
Remodeler le corps grâce à un concentré d'huiles essentielles aux vertus veinotoniques (ciste), drainantes (pamplemousse), décongestionnantes (patchouli), tonifiantes (géranium)....

Comment ça marche ?
Le lien entre le mental et nos variations de poids n'est plus à démontrer : une respiration bloquée par le stress, et le ventre gonfle ; une fatigue chronique, et les kilos s'accumulent ; un coup de blues, et l'appétit s'envole... Le concentré minceur mélangé à un accord olfactif relaxant ou énergisant est appliqué selon un protocole imaginé par Chico Shigeta, naturopathe et spécialiste des massages. Ici, elle associe travail sur les articulations pour remettre en route la circulation énergétique, palper-rouler japonais, pétrissage profond et percussions déstockantes.
90 € l'heure, dans les instituts Decléor.

JE VEUX DES SENSATIONS FORTES

La cryothérapie

Le principe
Utilisée depuis longtemps par les sportifs de haut niveau pour favoriser la récupération musculaire, cette thérapie par le froid affiche également des résultats sur l'aspect de la peau et le drainage.

Comment ça marche ?
On entre pour 3 minutes dans un caisson (la tête est à l'extérieur) pour un refroidissement express à – 160 °C, qui détend les muscles, raffermit la peau et déleste de 600 calories ! Autre option : une application localisée avec un embout glacé massé sur le ventre, les hanches, les bras, les fessiers, les cuisses ou les mollets. A – 6 °C, le froid gomme l'effet peau d'orange. En complément d'une crème à base d'élastine et de collagène, il peut aussi tonifier la peau.
50 € la séance ou 95 € la séance de 1 heure de soins localisés chez Pøle, l'institut de cryothérapie à Paris ; 45 € au centre de cryothérapie Kryo à Levallois-Perret ; 45 € chez Cryobody à Lyon ; 42 € au 3CE d'Aix-en-Provence ; 42 € chez CryoCentre à Mulhouse.

CHEZ LE MÉDECIN : UNE CRYOLIPOLYSE EN PROFONDEUR
Se servant aussi du froid, les techniques utilisées en cabinet médical vont plus loin puisque la température peut atteindre –11 °C. Ainsi, le CoolSculpting de Zeltiq détruit définitivement les adipocytes, qui sont éliminés par le système lymphatique dans les semaines suivant le traitement. Non invasif, le procédé est peu douloureux sur le moment, mais douleurs et crampes peuvent survenir les jours qui suivent, surtout sur le ventre, de l'avis de celles qui l'ont testé. Les publications scientifiques démontrent une élimination de 20 % de la couche graisseuse et une grande efficacité sur les rondeurs localisées ! Cette année, un nouvel applicateur plus large réduit le temps de la séance (35 min, contre 1 heure auparavant), un vrai progrès !
Culotte de cheval à partir de 1 200 €, abdomen à partir de 1 000 €. Rens. sur coolsculpting.com.

JE VEUX RENTRER À NOUVEAU DANS MON JEAN

TechniSpa de Mary Cohr

Le principe
Accompagner un régime en lissant les capitons durant quatre semaines d'affilée. Objectif : une taille en moins.

Comment ça marche ?
Double lipo-aspiration pour un effet palper-rouler, double ionisation pour favoriser la pénétration des actifs du sérum anticellulite (caféine, marron d'Inde...) et diffusion de chaleur pour activer la microcirculation, le tout grâce au TechniSpa, l'appareil minceur maison, qui apporte une sensation de bien-être durant la séance.
Objectif « une taille en moins », 540 € pour 12 soins, dans les instituts Mary Cohr.

JE VEUX UN MODELAGE HIGH-TECH

Cellu M6 Alliance LPG

Le principe
Des têtes de massage dotées d'une nouvelle technologie qui aident à galber la silhouette en « réveillant » le métabolisme des cellules pendant 10 à 40 minutes.

Comment ça marche ?
Combinés à une aspiration alternée, le rouleau et le clapet motorisé stimulent le déstockage des graisses, mais aussi la synthèse de collagène, d'élastine et d'acide hyaluronique, afin de lutter en même temps contre le relâchement cutané. Pour mieux agir sur la fermeté sans traumatiser les tissus, un capteur ajuste l'intensité du modelage selon la qualité de la peau. Plus relaxant, ce Cellu M6 nouvelle génération agit plus vite, mais c'est après dix séances qu'on voit vraiment la différence, le mieux étant de poursuivre par une séance par mois.
A partir de 60 € la séance chez le kiné ou en institut.

Anne Menke/Trunk Archive/Photosenso

Tous droits réservés à l'éditeur