Page 1 sur 1 Imaderm: Edeilweiss

Bien-être «J'ai un projet, devenir fou.»

Charles Bukowser, poete of romancier americanic 1920-1994.

Les testeuses masquées

Incognito, des filles de la rédaction ont exploré les conlisses des soins les plus recents et innovants.

ce qu'il vous fant pour briller capillamement parlant, c'est une Touch Therapy, Nadine et Laurence ne jurent que par leurs muxtures absolutioni naturelles, qui sentent hyperban, adaptées aux diagnostics posés par ces neux specialistes du cheveu et qui révelient. rofm, votre chevelure, evidenment sublinie, massyriquite ravagee par des traitements chronques. Elles appliquent, sur elseveux mountles, la formule magique de lem choix; hydratation, desintor, Vitamines,- Le soncomprend on play on rocrosoble massage. Compatibules Norsons, la rédiction s'est intend has demanques, et y infinance, en teba: R. Hair Studio, av. de Mon-Repos 14, Lausainte, 021 311 41 19, www.r-hairstudio.ch. Touch Therapy, trois traitements d'environ I h, des 60 fr. la seauce. les jambes

perm et eradique la cetholite ou qu'elle son Quelle fille aux cuisses et fessier adipeux n'a passerone de respere l'ai donc prête, deux fois par semanie, mon FDK à cei appareil qui est ausseutilise en médecine pour traiter les dechirements insuscolaires on les calculs recaux. Apres une application de gel aux hudes essentielles lessantes, un veus custé, pendant quarante remotes environ, un roller difforant des ondes acoustiques peut traiter le lieur en profondeur. Dam un deuxiente temps lignative minutes par jambe); per vous tapore to pears over un numpromier qui diffuse les andes pius en surface. Maigré la douceur de in the rapeute, le matement n'est pas nes agréable, mais la douleur s'inscritise au fildes seauces et de la tome de responsée. Rendez vezes en novembre poor ar bitan brial. qui s'acucence depl bon, Imaderm, route de Florissant I, Geneve, 022 347 40 00, www.imaderm.ch, traitement par ondes acoustiques, entre 1500 et 2200 fr., selon la zone a traiter.

Du taoïsme doux Kickboxing pour le ventre

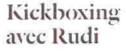


Le tout nouvel institut Massala est un petit havre de paix, où l'on déguste de délicieux thès du monde, où l'on regarde des œuvres d'art et où l'on se fait masser par de très attentives thérapeutes. Pour toutes celles qui préférent l'intimité aux grands instituts. Par Linn Levy

Comment ça se passe? Valérie commence par nous interroger sur d'éventuelles douleurs. Pais, bilan fait, elle commence le soin par un profond massage de la tête et du haut du crâne. Les gestes précis de la thérapeute sont extrêmement délassants. Elle passe ensuite de longues minutes sur les extrémités: bouts des doigts, paumes, orteils. Puis elle masse le reste des points d'acupuncture places sur le ventre, le dos, les jambes et les bras.

Verdict? Comme l'explique Valérie, le but de ce soin est de faire circuler l'énergie dans le corps. Elle cible donc ses gestes sur les méricliens et les points d'acupuncture. Selon l'état du client, ce massage soulage de la fatigue, des tensions musculaires et des problèmes circulatoires. Il aide à renforcer le système immunitaire et favorise l'élimination de toxines. D'innombrables bienfaits qui vont de pair avec une délicieuse relaxa-

Massala, rue des Voisins 6, Genève, 022 321 61 33, www.massala-geneve.ch Massage de 15 min (assis uniquement): 30 fr./60 min: 100 fr./75 min: 120 fr./ 90 min: 150 fr.





C'est décidé, à la rentree, on se défoule! Et nen de mieux pour transpirer, tout lâcher. et en plus perdre des kilos, que le kickboxing, Rudi, l'ancien entraîneur de Naomi Campbell, vient d'arriver de son Afrique du Sud natale. C'est au cœur de Genève, dans le tout nouveau studio 1 Love Exercise. cu'il donne des cours privés, semi-privés et collectifs. Prête? Alors, démarrons avec un Straight-Punch ou Jab, soit un bon vieux coup de poing direct. Les pieds deivent être légérement écartés, placés à 45 degrés de la scible». Les genoux sont légérement fléchis, le pelvis à l'avant et les hanches bien droites. Dans un premier temps, les poings sont sous le menton, et les coudes bien plaqués le long du corps. «Pour être un bon boxeus. Il est impécatif de penser à la souplesse. Le corps doit être delié, agile, afin d'avoir le geste le plus pointu et atteindre son adversaire», précise le professeur. Il faudra enchaîner dix Jab de chaque côté, soit dix coups de poing avec la main droite, pois dix autres avec la gauche. Il est important de veiller à expirer en effectuant le mouvement et penser à bien garder la coloune vertébrale dans son axe. You good girl!

I Love Exercise, rue de Candolle 6, Genève, 079 942 84 36, Prive: 130 fr. Duo: 140 fr. Trio: 160 fr. Collectif: 35 fr. (10 cours: 320 fr).

Beauté

68

EDELWEISS