



minceur

- > Accueil
- > Guide des régimes
- > Cuisine minceur
- > Tests et quiz
- > Soins minceur
- > Spas
- > Maigrir par le sport
- > Secrets de stars
- > Guide des calories
- > News
- > Dossiers minceur
- > Les témoignages

LE GUIDE DES RÉGIMES

Type de régime

Mon objectif

> OK

> OK

> Tous les régimes



TOUS LES THÈMES

ELLE / Minceur / Dossiers / Techniques pour mincir : le banc d'essai

TECHNIQUES POUR MINCIR : LE BANC D'ESSAI



Comment ça marche ?

Des infrarouges longs produisent de l'énergie qui permet de brûler des calories et d'éliminer les toxines. En pratique : on s'allonge sous un dôme pour une séance de 30 à 45 mn. La température corporelle augmente de 2 °C, ce qui provoque une sudation importante.

Quels résultats ?

On perd de 800 à 1 000 calories par séance, avec diminution de la rétention d'eau. Le GMP améliore aussi la circulation sanguine, élimine la fatigue et soulage les douleurs musculaires.

Les plus : on dégonfle rapidement, dès la deuxième séance. Sensation de détente provoquée par la chaleur. Nette diminution de la peau d'orange.

Le moins : il faut supporter la chaleur (50 °C) et le fait de rester enfermée pendant 1/2 heure dans l'appareil.

Le prix : 45 € la séance.
 * Neuf Energie, tél. : 01 39 93 86 11.

SOMMAIRE DU DOSSIER

- Techniques pour mincir : le banc d'essai
- Le Power (517)
- La gym métabolique passive (GMP 4-14)
- L'Excell by Bodysculptor
- Un nouveau rouleau pour le Cellu M6

< Précédent

PLUS DE DOSSIERS



Comment ça marche ?

Des infrarouges longs produisent de l'énergie qui permet de brûler des calories et d'éliminer les toxines. En pratique : on s'allonge sous un dôme pour une séance de 30 à 45 mn. La température corporelle augmente de 2 °C, ce qui provoque une sudation importante.

Quels résultats ?

On perd de 800 à 1 000 calories par séance, avec diminution de la rétention d'eau. Le GMP améliore aussi la circulation sanguine, élimine la fatigue et soulage les douleurs musculaires.

Les plus : on dégonfle rapidement, dès la deuxième séance. Sensation de détente provoquée par la chaleur. Nette diminution de la peau d'orange.

Le moins : il faut supporter la chaleur (50 °C) et le fait de rester enfermée pendant 1/2 heure dans l'appareil.

Le prix : 45 € la séance.