

VOTRE BEAUTÉ

Avril 2008

JAMAIS VU
Des ondes pour
raffermir le corps

Des particules
de céramique pour
lisser le visage

**PASTEL
VITAMINÉ**
Faites-vous
l'œil papillon

**FABRIQUEZ-
VOUS**
UNE COSMÉTO
CUSTOMISABLE

LONDRES
Carnet d'adresses
d'une beauty addict

**MACHINES
A MINCIR**
ON A TESTÉ
ON VOUS DIT TOUT

ENVY DE BOU

Les meilleures salles, les
les dernières machines, les no

Protocole : me voici face à Caroline, une vraie pro, sérieuse et sympathique. Très sympathique quand elle déclare que dans mon cas la diète est inutile, un peu moins quand elle m'annonce que je n'ai pas de gras et qu'il me faut pratiquer la GMP. J'étais arrivée, rusée comme un Sioux, prête à lui faire avaler n'importe quoi pour ne pas me retrouver, telle Néfertiti dans son sarcophage, coincée dans le GMP. Mais la voilà qui me sourit et argumente ! Passée sur la balance d'impédancemétrie, le verdict est clair : j'ai une IMC normale, un indice de masse grasse très correct, mais je suis pleine d'eau ! Seule la GMP, associée au drainage et à la Power Plate, pourra réduire le volume de mes cuisses. Je fais la moue, mais me voilà donc, pour ma première séance, nue comme un ver dans la fameuse boîte. Je ne quitte pas le thermomètre des yeux (ça démarre à 37° et monte jusqu'à 50°), et, les doigts rivés sur le bouton de secours – au cas où –, je frise la tendinite du coude. Des sueurs froides pour de la sueur chaude : je dégouline au bout de dix minutes, avec cette délicieuse impression (elle ne devient délicieuse qu'à la deuxième séance) de lézarder sur une plage de Djerba, sous un soleil au zénith et sans un souffle d'air. Après ça, direction la salle de Power Plate. Debout sur la machine, dans la position que m'indique le coach, je vibre comme une pile, ça chatouille, ça gratte, de l'échauffement jusqu'au massage. Décidément...

Le plus : le sur-mesure et le suivi, car on vient trois fois par semaine. Et on peut appeler Caroline au moindre souci sur son portable. Ici, on se sent vraiment « coaché ».

Le moins : ne pas se doucher après le GMP, « pour garder l'onde »... On peut se laver, mais le résultat sera plus long à obtenir. Prévoir le soin en fin de journée, donc.

Résultat : en quatre séances, si je n'ai pas perdu de poids, mon corps a changé. J'ai la peau douce comme tout mais, surtout, je me sens tonique en profondeur. Rien à voir avec une séance de musculation, c'est ferme « en dedans ». À la huitième séance, outre ma nouvelle silhouette, j'ai réellement dégonflé : mon nouveau bilan affiche bel et bien que j'ai perdu les eaux, si j'ose dire. Comme on ne vous lâche pas tant que l'objectif n'est pas atteint, le résultat est forcément bon. Et la synergie des techniques se révèle très bien pensée.

Prix : de 590 € (deux ou trois fois pas semaine sur six semaines avec une perte de 4 à 5 kg) à 1 600 € (deux fois par semaine pendant trois mois avec quatre technologies, dont les ultrasons US2A).

M 06402 - 814 - F: 2,95 €

