



les essentiels

PUBLI-COMMUNIQUÉ

AQUALOFT

Déco soignée, cadre lumineux, vaste salle de cours collectifs, aqua-biking, pole-dance pour l'originalité, coaching personnalisé, ambiance conviviale et feutrée : plus d'excuse pour ne pas se faire une silhouette de rêve ! En plus, Aqualoft ouvrira un club de plus de 1600 m² dans Paris 16^e dès janvier 2015 : prestations haut de gamme, piscine ainsi qu'un tepidarium géant pour allier effort et plaisir !



Aqualoft Rueil-Malmaison
C. Cial Le Patio
01 41 42 33 33
Ouvert 7j/7
www.aqualoft.fr

CURVES

Le sport sans se démotiver ? C'est possible grâce à Curves et à son circuit de remise en forme spécialement conçu pour les femmes : pas de contrainte horaire (et 30 min suffisent), une ambiance très conviviale, un coach toujours présent, des machines adaptées à la morphologie féminine. Ici, le sport rime avec plaisir. Le petit plus qui encourage ? La carte contenant toutes les infos permettant de suivre les résultats de chaque entraînement.



100 clubs sur toute la France :
www.curves.fr

A Paris,
42 rue Albert Thomas 75010
et 67 rue de Charenton 75012

CUT SHOP

Déco branchée, murs de briques et fauteuils de barbiers, bienvenue chez Cut Shop, un salon créatif mêlant qualité et originalité ! Ici, au delà de la technique, c'est votre personnalité que l'équipe saura mettre en avant. Vous pourrez même repartir avec votre shampoing ou soin sur-mesure : 4 bases selon le type de cheveux, des parfums naturels à choisir. Pour les pressées : la dose de coloration pro à emporter est une bonne trouvaille ! Enfin, l'espace esthétique, au calme, permet une mise en beauté complète.



www.cutshop-coiffure.fr
(pour les pressés, rdv en ligne)

Nocturne le jeudi jusqu'à 21h30 avec apéro offert.

50 rue d'Argout 75002 Paris
01 71 32 22 55



10 rue Alphonse Daudet
75014 Paris
01 45 40 86 06
Nocturne le jeudi, sur rendez-vous,
jusqu'à 21h.

OPTIMALE

Depuis Septembre, Cristina a repris cet institut de beauté intimiste et y apporte avec passion son expertise. Cadre élégant, entièrement remis à neuf, lit chauffant, cabine avec douche, service irréprochable : tout est fait pour que le moment soit doux. Préparez votre peau au bronzage avec le gommage aux sels de la Mer Morte réalisé selon une recette maison. Et essayez de venir le samedi, gâteau maison et thé marocain y sont servis. Détente garantie.



DÉLICATES ATTENTIONS

L'institut porte bien son nom ! Véritable invitation au bien-être, l'équipe y est attentive et disponible. Avant l'été, chassez les capitons avec le célèbre palper-rouler Cellu M6. Les résultats sont visibles et garantis avec un diagnostic personnalisé et un vrai suivi. Pour se sentir déjà en vacances? Offrez vous un hammam avec l'huile aromatique de votre choix ou le massage Polynésien avec les excellents produits Cinq Mondes qui vous fera voyager pendant une heure. Le détail qui compte ? Pendant les soins, vous choisissez la playlist qui vous ressemble (jazz, classique ou musique relaxante) pour une détente absolue.

8 passage Du Guesclin 75015 Paris
01 45 67 18 30
www.delicatesattentions.com

JUVENESENS

Ce centre d'esthétique pas comme les autres va devenir votre meilleur allié minceur! L'équipe, charmante et compétente, propose une approche globale et sur-mesure : un régime adapté, des soins haute-technologie ciblés (pressothérapie, ultra-sons, palper-rouler, GMP...), une activité physique guidée par un coach et surtout le modelage à 4 mains anti-cellulite, la spécialité de l'institut. Le tout avec bienveillance et en respectant la morphologie et le rythme de chacun. Qualité, résultats et prix raisonnables : foncez !



160 rue de Grenelle
75007 Paris
01 40 62 97 70
www.juvenesens.fr

INSTITUT FLEUR DE SATIN



Au centre d'une jolie place pavée de Sèvres se niche ce charmant institut de beauté. L'ambiance délicate de boudoir fleuri et l'accueil chaleureux de Julie invitent à la sérénité. Le soin du visage ThalassoCaviar réalisé exclusivement avec les produits de la gamme Ingrid Millet est un véritable bain d'hydratation pour la peau et le massage des mains offert pendant la pause du masque se révèle vraiment apaisant.

6 place Colombier 92310 Sèvres
01 45 07 96 58
www.fleur-de-satin.fr

Pensez aussi à offrir un peu de relaxation à vos proches avec les bons cadeaux !

LES ESSENTIELS SI VOUS SOUHAITEZ PARTICIPEZ A CETTE RUBRIQUE. CONTACTEZ SOPHIE : 01 46 39 46 39 - RÉDACTION : MARIE-ÉMILIE MICHEL ET CLÉMENTINE MONPERRUS