



NEULLY JOURNAL

Avril 2016

50

BEAUTÉ

BELLE pour les beaux jours

COMMENT SE FAIRE BELLE POUR BRILLER AU SOLEIL ? VOICI QUELQUES ADRESSES CONFIDENTIELLES DE PROFESSIONNELS QUI VOUS AIDERONT À LE DEVENIR POUR TOUJOURS.

MINCIR DE PLAISIR !

Avec l'arrivée du printemps, on a tendance à faire une fixation sur ces maudits capotons pris sournoisement pendant l'hiver et dont on se passerait bien volontiers. Pour ne pas avoir le moral en berne, il convient d'agir dès maintenant. Dans un monde où le culte de la minceur est roi, la solution, c'est de se tourner vers des experts qui exploitent avec succès leur savoir-faire en amincissement. À Neully, voilà un peu plus d'un an que le centre Osoya a ouvert ses portes et qu'il vous invite à découvrir ses soins innovants et performants. "Les protocoles de soins Osoya ont été mis en place par des professionnels de la beauté avec un savoir-faire de plus de 25 ans au service de la minceur et de l'esthétique", nous confirme-t-on. "Dans le centre Osoya de Neully, une équipe d'expertes formées aux technologies minceur vous proposent des soins nouvelle génération à base de froid, destinés à retrouver une silhouette harmonieuse". En fonction des besoins et des envies de chacun, plusieurs techniques peuvent être associées dans un protocole de soins et assurer des résultats absolument spectaculaires. "Lors du premier rendez-vous, un diagnostic personnalisé est réalisé grâce à la technologie BIODY XPERT

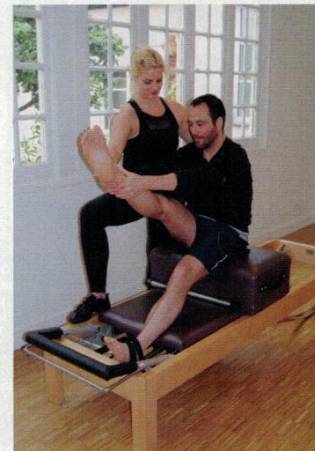


ZM® (Bio impédancemétrie multifréquence doté d'un logiciel expert), qui mesure l'impédance du corps humain (IMC, masse musculaire, masse hydrique et masse graisseuse) afin de définir précisément le parcours qui vous est adapté". Parmi les trois parcours de pointe destinés à mincir de façon rapide et durable, la Cryolipolyse (qui utilise le froid) est une technique capable de détruire définitivement les cellules graisseuses localisées. "C'est une sonde qui génère un froid extrême (-8°C) sur la zone à traiter". "De 37°C, la température cutanée passe à 12°C en quelques secondes. Les cellules adipeuses vont se rétracter, se vider de leurs toxines, puis se nécroser avant de s'éliminer par les voies naturelles". Cette action par le froid réactive la microcirculation, favorise le retour veineux, tonifie et raffermi. Une solution vraiment sur mesure et des amas graisseux définitivement détruits.

S'ASSURER UNE FORME PHYSIQUE AU LONG COURS

Certes, en ce début d'année, nous n'avons pas eu à subir les assauts de l'hiver, mais regardez autour de vous : l'humidité ambiante et la douceur du climat ont réveillé quelques vieilles douleurs chez bon nombre d'entre nous. Des problèmes articulaires, des tensions lombaires ou cervicales, des douleurs provoquées par des arthroses naissantes ou encore des sensations désagréables de lourdeur et un manque évident

de tonicité. Sans parler du stress auquel nous sommes confrontés tous les jours. Pour remédier à tous ces désagréments et s'assurer une forme physique au long cours, il faut impérativement s'astreindre à une certaine discipline. "Reprendre le bon rythme nécessite de la rigueur, mais rigueur n'est pas synonyme de contrainte", souligne Aurélie Couzet, directrice et instructrice au Studio Pilates Neully-sur-Seine. "Pour faire travailler son corps sans traumatisme, ni violence, en restant dans le bien-être total, la méthode Romana's Pilates, que nous enseignons, est une discipline qui convient à absolument tout le monde, du plus jeune au plus âgé, du non sportif à l'athlète de haut niveau". Aurélie dispense ses cours avec Patrice, Alejandra et Sofia, tous diplômés comme elle de la méthode authentique Romana's Pilates. Les cours sont pratiqués en solo ou en duo, mais majoritairement les clients sont plus axés sur les



cours individuels pour un entretien sur mesure. "J'insiste sur le fait que l'on adapte le rythme de chaque cours en fonction des besoins", ajoute Aurélie. "Les seniors, qui avaient peur de se lancer par crainte de ne pas réussir certains exercices, sont finalement ressortis conquis dès la première séance". Non seulement tous les professionnels de la forme et du bien-être sont unanimes pour dire que le Pilates est une vraie source de bienfaits, mais il y a une demande importante de la part des athlètes de haut niveau. "Je suis en train de développer un cycle de préparations pour quelques grands sportifs qui sont très demandeurs pour entretenir leur forme", conclut Aurélie Couzet.

A.d.C.

Voir Carnet d'adresses page 57.

Avril 2016 www.neullyjournal.com

Source : NEULLY JOURNAL

Contenu : mensuel d'informations locales destinées à tous les Neulléens

Cible : grand public CSP+

Tirage : 25 000 ex pour 27 000 lecteurs