

les stars du PALPER rouler

CONTRE LES RONDEURS LOCALISÉES, LA GYM ET LE RÉGIME NE SUFFISENT PAS TOUJOURS. Un coup de main s'impose. Le plan win win ? Massages manuels + crème amincissante à condition de se montrer régulière et persévérante, soit tous les jours en self-service à la maison, ou deux fois par semaine par une main experte. Dans ce cas, il y a deux écoles :

LA FORMULE HARD : superefficace, juste déconseillée aux douillettes et aux réseaux veineux fragiles.

• **Martine de Richeville :** elle a « dégraissé » toutes les culottes de cheval de France et de Navarre. Ses disciples ont été bien formé(e)s. 150 € la séance. Tél. : 01 44 94 09 38. www.martinederichville.com

• **Olfa Perbal :** entre autres célébrités, elle masse Virginie Ledoyen depuis quatre ans et assure redessiner un corps en dix séances de cinquante minutes. 75 € la séance. Tél. : 06 60 74 07 46.

• **Monsieur Zhang :** ce « masseur sumo », vedette de la Maison du Tui Na, détricote nœud par nœud vos pelotes de nerfs, vous frotte, vous pince, vous pétrit et vous « chauffe » comme de la pâte à pain. Massage Jian Fei Tui Na, 50 € les trente minutes. Tél. : 01 42 77 70 38.

LA FORMULE SOFT : plus long, mais sans bleus.

• **Anne Cali,** qui travaille de concert avec le phlébologue Philippe Blanchemaison, a mis au point une méthode de glissé-appuyé-décollé qui, selon ses fans, fait perdre deux tailles de vêtements en 15 séances. Depuis qu'Anne est overbookée, Audrey la seconde avec brio, 80 ou 70 € la séance. Tél. : 06 31 15 60 11. www.annecali.com.

• **Chantal Bréhin,** son modelage corporel a un supplément d'âme. 96 € la séances. Tél. : 01 40 47 61 31.

• **Jocelyne Rolland :** de plus en plus sophistiqué, le Cellu M6 n'a plus de secret pour elle. Tél. : 01 43 31 31 13. Autres adresses au 0 800 803 806.

LES TUBES DE SAISON

Caféine et algues qui activent la fonte des graisses, extraits végétaux qui drainent et freinent le stockage, actifs qui hydratent, raffermissent, stretchent la peau d'orange... On ne change pas les recettes qui gagnent.

• **Les sérums experts :** très concentrés et vite absorbés avant de s'activer. Sérum Expert Réducteur Contours Haute Beauté, Carita ; Sérum Silhouette aux Baies Roses, Melvita ; Cure Ultra Concentrée Zones Rebelles, Yves Rocher.

• **Les anti-gonflettes :** contre la rétention d'eau et la cellulite aqueuse. Soin Corps Détox, Filorga ; une mousse onctueuse qui lisse, nourrit et désengorge.

• **La brigade de nuit :** on relance l'amincissement avec Cellu Destock Overnight de Vichy, qui stimule la synthèse d'adiponectine, l'hormone brûle-graisses, ou avec l'Amincissant Intensif 7 Nuits, Somatoline Cosmetic.

• **After 45 ans :** à cet âge, la taille s'épaissit, les capitons font de la résistance, la peau se relâche... On ne baisse pas les bras avec une formule 3D qui reshape la silhouette et le moral, comme Cellu Slim 45 - d'Elancyl.

• **Les « aide-masseurs »,** des huiles ou des crèmes pour fondre de plaisir : la nouvelle formule Masvelt de Clarins, notre bodyfriend depuis 1974 ; l'Huile Sublimante Anti-cellulite, Le Petit Marseillais.

• **Les valeurs sûres,** admises à revenir en deuxième saison : Cellullinov, Sisley ; Cure Minceur Express, Lierac ; Celluli Attack, Phytomer. **M.L.**



DÉCAPITONNAGE EXPRESS : Cellu Destock Overnight, Vichy ; Huile Silhouette Affermissante, Detaillé ; Soin Corps Détox, Nourrissant Drainant, Filorga ; Sérum Expert Réducteur Contour, Haute Beauté Corps, Carita ; Soins Anti-Relâchement, Cellu Slim 45 +, Elancyl ; Cure Minceur Express, Body-Slim, Lierac ; Clé Végétale Minceur, Cure Ultra Concentrée Zones Rebelles, Yves Rocher ; Soins anti-cellulite Cellullinov, Sisley ; Crème anti-rondeurs rebelles, Masvelt, Clarins.