



On a testé

Le programme Be Perfect

Elle, c'est Insaf, ancienne gérante d'institut et experte ès-lcoone qui maîtrise sur le bout des têtes de massage toutes les vertus déstockantes et drainantes de l'appareil. Lui, c'est Frédéric, coach sportif et entraîneur personnel de stars qui a posé ses poids et ses tapis du côté de la Bastille. Ensemble, ils ont créé le programme Be Perfect, un savant mélange de forme et de minceur reposant sur la combinaison de l'action anticellulite de l'coone et de séances de sport sur-mesure. Soit, pour chaque session: 30 min de massage drainant ultraciblé sur les zones critiques (culotte de cheval, genoux, peau d'orange...) suivies

de 30 min d'exercice (footing, abdos, stretching) dans le but d'éliminer les graisses délogées par la machine. Mais la star du programme, c'est l'Imoove, le premier appareil de mobilisation globale du corps, mis au point par des ostéopathes dans le but de corriger la posture et faire travailler les muscles profonds. Debout sur son plateau à mouvements elliptiques, on apprend à résister aux oscillations. Un mélange de yoga, Pilates et sport de glisse qui permet de travailler tout le corps. De quoi se sculpter une silhouette tonique vite et bien.

Phisics, 16-18, rue Saint-Antoine, Paris 4^e. Tél.: 01 42 78 97 27, 780 € la cure de 10 séances. www.phisics.fr

BON PLAN

Visuellement un peu (trop) girly, ce www.shopping-copines.fr n'en reste pas moins fort utile pour comparer les prix de vente d'une eau de toilette un peu (trop) déraisonnable ou d'une palette un peu (trop) dispensable. On clique sur l'objet de sa convoitise et le meilleur prix s'affiche. Il ne reste plus qu'à craquer.

Le Spot

Sept ans après New York, les Frenchies du Labo, la marque de parfums à la hype inégalée, ouvrent enfin une adresse parisienne.

Le concept

Le parfum choisi est réalisé en live dans le minilabo de la boutique. L'occasion de s'initier au métier de parfumeur, d'autant qu'on peut mettre le nez dans les matières premières en attendant son flacon.

Le lieu

Brut de décoffrage avec mur en étau très new-yorkais (qui se marie plutôt bien à la pierre de taille parisienne!) et mobilier industriel vintage.

Le shopping

On a le choix. Une fragrance exclusive uniquement vendue à Paris, Vanille 44; une bougie abritée par une canette défoncée en hommage à l'architecte Frank Gehry ou encore un carnet parfumé au Santal 33 dont l'odeur s'active sous la mine du stylo.

Le Labo, 6 rue de Bourbon-le-Château, Paris 6^e. Tél.: 01 46 34 37 65.



WANTED!

Smile

80 ans que, de Porto à Lisbonne, on ne jure que par sa formule naturelle menthe poivrée et menthol. Créé en 1932 par le docteur Couto, ce dentifrice mythique made in Portugal combat la gingivite et assure une fraîcheur buccale optimale. Muito bem!

Dentifrice **Couto**, 5 € le tube sur www.les-apothicaires.fr

