

cosmosoft<sup>®</sup>



PRESS BOOK 2015  
BODYSCULPTOR

# Santé Cool



## Quand la mer sculpte le corps



**Vous avez envie de perdre du poids? De redessiner votre silhouette? De réapprendre à vous nourrir de manière équilibrée et ce, sans aucun stress? Avez-vous pensé à faire une thalasso pour enfin avoir le corps de rêve que vous méritez? Voici le must des thalassos minceurs!**

Dans le cadre d'un séjour de **thalasso**thérapie, des spécialistes sont là, pour analyser les **problèmes de poids** de chacun et y répondre par différents traitements. Ces soins, associés à une alimentation saine et équilibrée, favorisent la perte de poids, de

graisse et d'eau, Tout en préservant la masse musculaire. En complément la détente et le sport sont indispensables pour optimiser les résultats. Un séjour en thalassothérapie constitue un excellent starter pour prendre son problème de **surpoids** en main, atteindre rapidement des résultats significatifs et repartir avec un plan minceur bien rodé.

### SCULPTER SA SILHOUETTE A LA GRANDE MOTTE

Pour lutter contre les effets du surpoids, l'équipe de la Thalasso de la Grande Motte et le médecin nutritionniste ont mis au point un protocole de soins complémentaires et personnalisés pour assurer une réelle efficacité : techniques d'amincissement telles que le **Body Sculptor** (réduction de la masse graisseuse), suivi nutritionnel sur la semaine encadré par le médecin et un encadrement sportif tout en douceur. La cure Objectif minceur de 6 jours offre 22 soins individuels (bains bouillonnants, enveloppement d'algues, séances de Cellu M6,8 Cours de fitness...) et 2 séances d'aquagym collectif suivi de 2 consultations diététiques, et le menu minceur durant la cure. Pour parfaire ce protocole de soins, la cure peut être agrémentée du soin amincissant sur-mesure: *Éveil affinant de Carita*. Ce soin affinant et désinfiltrant, cible avec précision les zones concernées et procure la légèreté et la tonicité de la silhouette.

Renseignements : [www.thalasso-grandemotte.com](http://www.thalasso-grandemotte.com)

# Le BodySculptor

## Appareil minceur « mains-libres »

Cette machine apporte une solution minceur efficace, sûre et indolore. Le BodySculptor améliore la structure de la peau, réduit la cellulite et renforce la fermeté cutanée pour une silhouette affinée.





Le BodySculptor est un appareil offrant un affinement de l'ensemble de la silhouette. Développée à la fin des années 90, sa technologie unique et brevetée a fait l'objet de nombreuses études cliniques et scientifiques. Il diffuse, à l'aide de sangles positionnées sur toutes les zones adipeuses disgracieuses, un champ BioMagnétique non-invasif dont l'action progressive réveille le phénomène naturel de désengorgement des adipocytes.

Il a été ainsi démontré qu'une cure de 12 séances de 30 minutes permettait de perdre jusqu'à deux tailles de vêtements. Indolore et douce, cette méthode naturelle offre des résultats progressifs et durables. Idéal en institut de beauté pour ajouter de la minceur high-tech à sa carte de soins, BodySculptor est simple d'utilisation et ne mobilise pas d'esthéticienne pendant le soin grâce à sa technologie « mains-libres ».



## 1 Étape

### Accueil

Les clients sont reçus dans le nouveau Spa Cosmoflex à Levallois-Perret (92), centre amincissement et remise en forme. Il met à disposition du grand public et des professionnels de l'esthétique, les dernières générations d'appareils Cosmoflex dans un lieu accueillant et élégant de plus de 100 m<sup>2</sup>. Pour une cure sur-mesure, le soin corps BodySculptor se décline en deux versions : le soin initiation (séances de 30 minutes) et le soin expertise (séances de 45 minutes).



## 2 Étape

### Découverte de l'appareil

L'esthéticienne présente à sa cliente le dispositif. Il est composé de six sangles, deux bottes et une ceinture abdominale combinant action lipolytique et drainage par micropression, deux sangles bras et un masque visage (action lipolytique seule).



3

Étape

**Analyse corporelle et bilan minceur**

Avant la 1<sup>ère</sup> séance, l'esthéticienne réalise un bilan complet : poids, masse adipeuse, tour de taille et de hanches, cuisses, bras et mollets. Ces mêmes mesures seront reprises à mi-cure et à l'issue de la cure de 12 séances.

4

Étape

**Application du Spa Sérums**

Le Spa Sérums Anti-capitons OsmoSculpt pour une action combinée minceur et fermeté est appliqué.

*Le rôle des actifs du sérum est renforcé par son utilisation complémentaire aux champs magnétiques de BodySculptor. Il permet d'amplifier et de prolonger l'action liporéductrice obtenue.*

5

Étape

**Préparation**

Avant de se glisser dans les sangles, la cliente enfle un collant d'hygiène en coton Cosmosoft.

**Installation dans l'appareil**

Le temps de mise en place est inférieur à 1 minute.

6

Étape





### Lancement de la séance

La séance démarre pour une durée de 30 minutes. L'appareil diffuse une douce chaleur couplée à un drainage relaxant, 9 clientes sur 10 s'endorment dans les 5 premières minutes du soin.

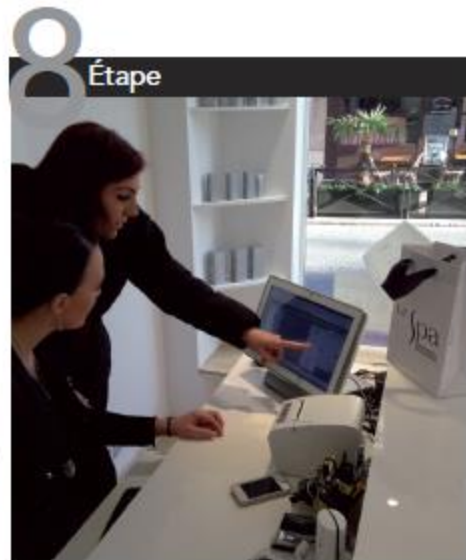


00

### CONSEIL

Fréquence du soin : 12 séances à raison de 2 à 3 séances par semaine.

Produits relais à domicile : la gamme OsmoSculpt (Spa Sérums Anti-âge, Spa Sérums Hydratation Durable, Spa Sérums Anti-Capitons).



### Fin de soin

Sortie de cabine avec un effet « *jambes légères* » immédiat. Planification des prochains rendez-vous en ligne à l'aide du logiciel Espace RDV.



On n'est pas des pigeons !

#onpdpRTBF



RTBF



26 Mars 2015



## CURE MINCEUR

**La Thalasso de la Grande Motte propose une nouvelle cure pour lutter contre les effets du surpoids.**

L'équipe de la Thalasso de La Grande Motte et le médecin nutritionniste ont mis au point un protocole de soins complémentaires et personnalisés pour assurer une réelle efficacité : techniques d'amincissement telles que le **Body Sculptor** (réduction de la masse grasseuse), suivi nutritionnel sur la semaine, encadrement sportif tout en douceur. La cure Objectif Minceur de 6 jours offre 22 soins individuels (bains bouillonnants, enveloppement d'algues, séances de «Cellu M6», cours de fitness) et deux séances d'aquagym collectif suivi de deux consultations diététiques, et le menu minceur durant la cure. Pour faire ce protocole de soins, la cure peut être agrémentée d'un soin amincissant, affinant et désinfiltrant, qui cible avec précision les zones concernées et procure la légèreté et la tonicité de la silhouette.



# Michèle in wonderland

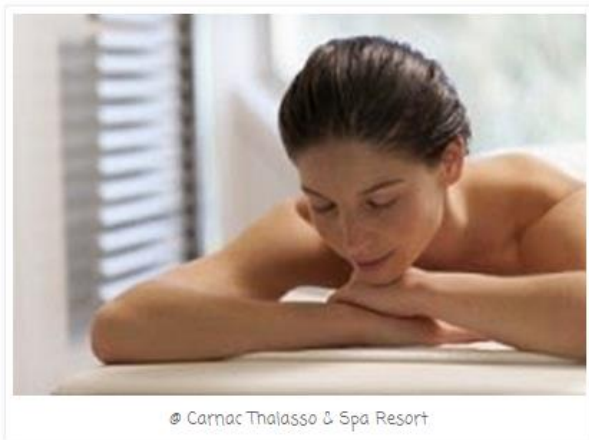
Beauté, accessoires de mode, joaillerie, bijoux en général, art de la table, art de vivre, décoration...

vendredi 6 février 2015

## Envie de bien-être? Les thalassos vous ouvrent leurs portes...

L'hiver est une mauvaise saison. Baisse de tonus, moral en chute, envie de rien... il est grand temps d'envisager des jours meilleurs! Et, pour cela, quelques jours en thalasso (oui, même en hiver!) s'avèrent du meilleur effet: énergie reboostée mais, aussi, petites misères du quotidien amoindries. Je vais vous présenter un petit tour d'horizon des thalassos les plus en pointe, entre plaisir et sensorialité, en mettant en avant leurs soins les plus efficaces. La tendance cette saison est au de-stress, à la détox, au sport, aux massages venus d'ailleurs... mais aussi à la minceur. On y va?

Vous avez dit "stress"?



© Carnac Thalasso & Spa Resort

A [Carnac](#), la *Thalasso Minceur* promet un coach sportif personnalisé à chaque curiste qui se voit établir un programme sur-mesure: 4 bains hydramassants, 3 enveloppements, 3 douches à affusion, 2 hydrojets, 2 modelages de saison, 2 Cellu M6 LPG, 3 Body Sculptor associant drainage par pressothérapie et ondes électro-magnétiques, 4 douches à jet, 6 aquaformes...sont également au menu de cette cure connectée grâce à laquelle vous pourrez suivre vos calories brûlées, le nombre de pas faits et la distance parcourue! A partir de 1.842 euros. (6 jours, 6 nuits, pension complète diététique).

### Archives du blog

▼ 2015 (91)

▶ avril (13)

▶ mars (30)

▼ février (26)

Avoir de beaux cheveux... c'est possible

Les parures très rock de Delphine Charlotte Parmen...

Les thalassos du soleil...

Les nouveaux parfums à l'heure du printemps...

Les jolis bijoux du printemps



## Laetitia Reboulleau

Experte Beauté Yahoo Pour Elles



### J'ai testé : le Bodysculptor de CosmoSoft

Par Laetitia Reboulleau | Experte beauté Yahoo Pour Elles – ven. 27 mars 2015 15:57 HNEC



2



Les journées rallongent, les jupes raccourcissent : l'hiver cède bel et bien la place au printemps. Et de plus en plus de Françaises cherchent donc à se débarrasser de leur cellulite et de leurs rondeurs. Et parce que parfois, sport et alimentation équilibrée ne suffisent pas, certaines machines permettent un vrai coup de pouce. Parmi elles : le Bodysculptor, qui permet une vraie perte de volume au niveau du ventre et des jambes. Est-ce que ça marche ? Je l'ai testé pour le savoir.



BodySculptor de CosmoSoft

Si certaines machines minceur telles que le Cellu M6 n'ont plus à faire leurs preuves, d'autres comme le Bodysculptor de CosmoSoft sont nettement moins connues du grand public. Et pourtant, elle fait sans doute partie des plus efficaces.

#### Bodysculptor : la promesse

Cet appareil promet un amincissement global en s'attaquant à toutes les zones grasses du corps. Plus principalement : le ventre, les cuisses, les genoux et les mollets, mais aussi les bras et le menton. En 12 séances, on peut perdre jusqu'à deux tailles de vêtements et améliorer l'aspect de sa peau : bye-bye la cellulite, hello la peau douce et ferme.

#### Bodysculptor : la cure

Pour avoir un vrai résultat, il faut compter 12 séances pour avoir un vrai résultat, même si ceux-ci commencent à se faire sentir vers la 6ème séance. En moyenne, le rythme idéal est de programmer deux à trois séances par semaine.

Au cours du premier rendez-vous, on commence par prendre des mesures. Taille, poids, tour de taille, de hanches, de cuisses, de genoux et de mollets. Elles serviront de repères pour les séances bilan, au milieu et à la fin de la cure.



Bodysculptor : les résultats que l'on peut atteindre

### **Bodysculptor : comment se passe une séance ?**

On commence par une petite séance de **massage** : le praticien ou la praticienne enduit notre ventre, nos cuisses et nos mollets d'un gel minceur à l'aide d'un massage qui va décoller les cellules graisseuses. On enfle ensuite un collant d'hygiène, et on s'installe dans la tenue. Une fois zippée des pieds à la taille, il ne reste plus qu'à se relaxer.

La tenue fait tout le travail : elle chauffe, et se gonfle pour effectuer un massage drainant, pendant que les ondes magnétiques (inoffensives pour la peau et l'organisme, à moins d'être enceinte ou de porter un pacemaker) stimulent la lipolyse pour éliminer la graisse. Cela ne fait pas mal, au contraire : difficile de ne pas piquer du nez pendant la séance, qui dure une trentaine de minutes.

### **Bodysculptor : les résultats**

Au bout de 12 séances réparties sur un mois, je dois dire que je suis tout à fait satisfaite des résultats. Avec un peu de sport et une alimentation équilibrée, j'ai perdu 4 centimètres de tour de taille, 3 centimètres de tour de hanches et de cuisses, 2 centimètres au niveau des genoux. L'aspect de ma peau s'est beaucoup amélioré, et j'ai perdu une taille de jean : exactement les résultats que je recherchais.

Envie de tester ? Si vous êtes en région parisienne, je vous recommande chaudement le Spa Cosmosoft, situé au 83 rue Aristide Briand à Levallois-Perret, lieu où j'ai effectué ma cure. Le prix y est de 549 euros pour 12 séances.

Mais il existe des dizaines de lieux proposant cette technologie à travers la France. Vous pouvez retrouver la liste complète sur [www.bodysculptor.fr](http://www.bodysculptor.fr).



# VOTRE BEAUTÉ



## le nouveau mantra

QU'IMPORTE LES KILOS,  
POURVU QU'ON AIT  
LA FERMETÉ

## crèmes minceur

LES TESTS  
DES LABOS  
SUR LE GRIL

microcourants,  
choc thermique  
QUAND L'ESTHÉTIQUE  
BOOSTE LE GALBE

SUPPLÉMENT  
BEAUTÉ  
**44 pages**

plus d'éclat,  
de couleur et  
de brillance

## LA VAGUE DES RÉGIMES SANS...

SANS LAIT, SANS GLUTEN  
SANS VIANDE...

bien gérer son poids  
quand on change  
d'alimentation

info/intox  
AVALER UN  
BALLON POUR  
MAIGRIR

avril-mai 2015

L 15858 - 873 - F. 3,50 € - RD





## beauty routine

PAR Chantal Soularson

# je mets la gomme

RETROUVER UNE PEAU FERME, LUMINEUSE ET DOUCE COMME DE LA SOIE, FORCÉMENT ON EN A ENVIE. CES QUATRE FORMULES VOUS DONNERONT UN SACRÉ COUP DE POUCE.

### Sensation soft

**Pour qui?** Celles qui craignent la rudesse de certaines textures.

**La formule:** des grains d'origine végétale (cocue d'argan, grains de sucre et écorces d'orange), des huiles d'amande douce et de tournesol pour reconstituer la barrière hydrolipidique et des acides de fruits pour un effet éclat immédiat.

**Pourquoi on ne peut plus s'en passer?** On adore sa texture gel-huile qui se métamorphose en lait au contact de l'eau et son parfum ultra frais vraiment dynamisant.

Gommage 1000 Grains Corps de **Decléor**, 200 ml, 30 €



### Bio et beautiful

**Pour qui?** Celles qui aiment la cosmétique naturelle, mais plutôt tendance « gypset » (jet-set bohème) que Larzac.

**La formule:** de la pierre ponce finement broyée, des microcristaux de sel et un cocktail de fleurs (rudbeckie hérissée, millepertuis et pensée) aux vertus nourrissantes et calmantes. **Pourquoi on ne peut plus s'en passer?** Il sent divinement bon et en plus de faire du bien au corps, il fait du bien à l'esprit. Un sans-faute! Body Scrub de **Susanne Kaufmann**, 200 ml, 50 €, en exclusivité sur [ohmycream.com](http://ohmycream.com).



### Ambiance estivale

**Pour qui?** Les globe-trotteuses et les fans d'authenticité. **La formule:** 96 % d'ingrédients d'origine naturelle comme le sucre pour l'exfoliation, l'huile de tournesol pour l'hydratation et des extraits naturels de fleurs d'orange aux vertus calmantes. **Pourquoi on ne peut plus s'en passer?** Ses effluves hespéridiennes parfument la peau, mais aussi toute la salle de bains.

Terriblement addictif. **Domage** qu'on ne puisse pas l'utiliser tous les jours!

Gommage Été à Syracuse de **Balja**, 200 ml, 26,90 €, sur [baljashop.com](http://baljashop.com).

### La touche glam

**Pour qui?** Celles qui mettent du glamour dans chacun de leurs gestes. **La formule:** une crème riche en jojoba et microgranules de pierre ponce, une senteur d'écorces d'agrumes reconnaissable entre toutes. **Pourquoi on ne peut plus s'en passer?** Pour ce parfum inimitable et pour l'effet peau douce immédiat. **Gommage Doux pour le Corps Blu Mediterraneo, Italian Resort d'Acqua di Parma**, 200 ml, 56 €.

### L'ADRESSE

Le Spa Cosmosoft. Après le gommage, le remodelage dans un espace dédié aux innovations techniques de la marque spécialiste de la minceur. Ici, on peut retrouver une silhouette harmonieuse et tonique avec le BodySculptor®, réduire son tour de taille et la graisse viscérale (autour des organes) grâce au ReduStim®, ou encore se muscler et mincir en faisant du sport avec le dispositif MyoSculptor®. Difficile de faire plus efficace. À partir de 349 € le forfait de 12 séances.

• 83, rue Aristide-Briand, Levallois-Perret (92), tél. 01 47 15 25 29, [cosmosoft.biz](http://cosmosoft.biz).

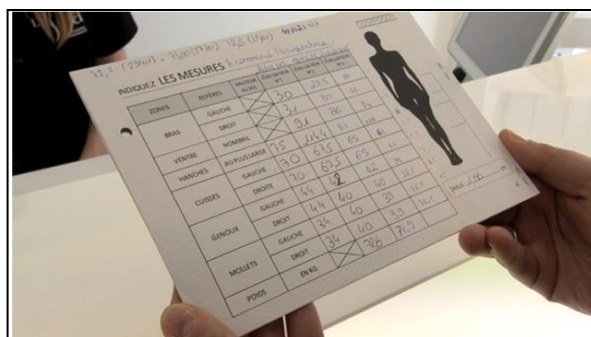


## Quand le Bodysculptor s'attaque à la cellulite



1 003 vues

Bonne nouvelle, la cellulite et la peau d'orange ont enfin un ennemi de choc : le **BodySculptor**. L'appareil vous offre un objectif triple : réduire la cellulite, remodeler l'ensemble de votre silhouette et raffermir votre peau. Démonstration en vidéo.



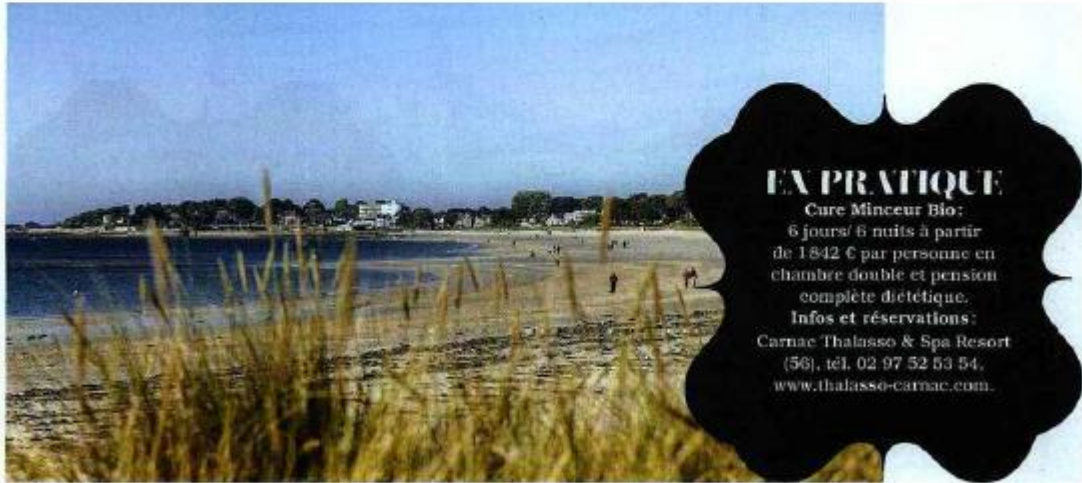




spas, thalassos, etc.

PAR Sylvia Vaisman

## Carnac Thalasso & Spa, Morbihan



### EX PRATIQUE

**Cure Minceur Bio:**  
6 jours/ 6 nuits à partir  
de 1842 € par personne en  
chambre double et pension  
complète diététique.  
Infos et réservations:  
Carnac Thalasso & Spa Resort  
(56), tél. 02 97 52 53 54,  
[www.thalasso-carnac.com](http://www.thalasso-carnac.com).

## La minceur bio et connectée

**L**quelques encablures des célèbres alignements de menhirs néolithiques, le Thalasso & Spa Resort de Carnac joue la carte de l'avant-gardisme. Sa cure Minceur Bio réputée pour la qualité de ses soins et son expertise diététique devient encore plus pointue et personnalisée. Après un premier bilan alimentaire et physique, chaque curiste se voit remettre un bracelet Vivofit™ étanche qui mesurera ses paramètres d'activités au fil de la journée: distance parcourue à pied ou à la nage, nombre de calories brûlées, cycles du sommeil, rythme cardiaque... Idéal pour prendre conscience de ses mauvaises

par exemple, que cela fait plus d se prélasser sur l'un des trans: repos. Il suffit de quelques mi pour la faire disparaître. Malin Autre fil conducteur du séjou gues et d'eau de mer (envelopp modelage de saison aux fleurs jets localisés sur les capitons, l sants...) permettent de recha minéraux, mais aussi en iode le fonctionnement de la thyr qui intervient dans la régulati cours quotidien d'aquaforme e est également au programme, r

### UN COACHING DE TOUS LES INSTANTS

Chaque soir, le bracelet se connecte par Bluetooth à votre Smartphone de manière à stocker toutes ces données quotidiennes, pour observer sa progression durant la cure et poursuivre les efforts une fois rentré. Mieux: le bracelet vous alerte dès que les objectifs ont été atteints ou s'ils ne sont pas respectés. Une barre rouge signale,

maigre. Enfin, pour désengorger nos adipocytes, trois séances de palper-rouler mécanique (Cellu M6® LPG) et trois séances de pressothérapie associée à des flux d'ondes électromagnétiques basse fréquence (BodySculptor) sont prodiguées en alternance. Côté diététique, on ne reste pas sur sa faim! Les plats sont légers (calculés à 1200 kcal/jour) mais vraiment savoureux. De quoi revenir avec une silhouette affinée et un moral au beau fixe.

www.marieclaire.fr

# marie claire

## SPÉCIAL JEANS

DÉLAVÉ,  
70'S, CHIC...  
LE MEILLEUR  
DU DENIM

SYLVIE TESTUD,  
MARIE-JOSÉE CROZE,  
LÉA DRUCKER...  
LES VRAIES  
AMITIÉS ENTRE  
ACTRICES

CHARLOTTE  
GAINSBORG  
A NEW YORK  
*Les raisons  
d'un départ*

JOAILLERIE  
*Le nouveau  
sacre  
du bijou*

ON A TESTÉ  
LES MÉTHODES  
ANTICELLULITE  
QUI MARCHENT  
VRAIMENT

SEXE  
SOMMES-  
NOUS  
VRAIMENT  
PLUS  
LIBÉRÉES?

ENQUÊTE  
LA VICE-MINISTRE  
QUI A VIRE  
20 000 POLICIERS  
MAFIEUX EN GEORGIE  
S'ATTAQUE À L'UKRAINE

JUN 2015

M 02054 - 754 - F: 2,20 € - RD



# OBJECTIF CELLULITE ET RONDEURS À LA BAISSÉ

*Déstocker ses bourrelets et sculpter ses courbes ne relèvent pas de la mission impossible. Des soins drainants au froid raffermissant, notre sélection de méthodes pour se tailler une silhouette plus ferme, plus fine, plus dessinée.*

Par Carole Paufique

## *Les ondes antigras et anti-eau*

**LA PROMESSE** Arrivée en France il y a dix ans, la technique amincissante Bodysculptor associe champs magnétiques basse fréquence (50 Hertz) et micro-pressions drainantes. Les premiers, totalement inoffensifs pour l'organisme, entraînent une contraction musculaire imperceptible et stimulent le déstockage des cellules graisseuses. Les seconds favorisent le drainage lymphatique.

**EN PRATIQUE** Après application d'un gel sur le corps, on enfle une étrange « combinaison » composée d'énormes bottes, d'une ceinture abdominale et de sangles sur les bras et l'ovale du cou. Puis on s'allonge et, pendant 30 min, on se laisse bercer par les douces pressions et la chaleur diffusées. Une fois sur deux, on s'endort.

**LES RÉSULTATS** Après une cure de douze séances étalées sur six semaines ou concentrées sur quinze jours en version express, on peut gagner une à deux tailles de vêtement (de 4 à 8 cm) dans le meilleur des cas. Le corps perd en volume, la peau gagne en fermeté, la silhouette s'affine. L'avis du Dr Philippe Blanchemaison, médecin vasculaire : « Sur le ventre, on observe plus souvent une perte moyenne de 1,8 cm. On brûle des calories par contraction musculaire donc on perd du gras, mais une fois les adipocytes vidés de leurs triglycérides, il faut les consommer en faisant de l'exercice. » La parade ? Le Myosculptor, la version salle de sport de ce soin d'institut. Créé en 2013, il associe champs magnétiques basse fréquence sur certaines parties du corps et activité physique sur le tapis de course ou vélo.

**COMBIEN ?** À partir de 60 € la séance de 30 min [www.bodysculptor.com](http://www.bodysculptor.com).

**ON A VÉRIFIÉ** C'est vrai, on dégonfle, surtout au niveau de la taille et du ventre. La séance d'entretien est indispensable pour maintenir les résultats. Technique particulièrement relaxante pour celles qui sont stressées.





### **Le palper rouler pour déloger les graisses**

Anne Cali a mis au point une méthode basée sur un massage manuel très profond permettant de diminuer la peau d'orange et d'affiner les jambes. Grâce à l'action simultanée de 3 types de mouvements de massage, glissé/appuyé/décollé, les acides gras des adipocytes sont absorbés et libérés avec l'eau et les déchets dans la circulation sanguine. En 5 semaines, la silhouette s'affine et la peau retrouve sa tonicité.

**Infos et adresse : [www.annecali.com](http://www.annecali.com)**

### **BodySculptor pour drainer**

BodySculptor combine une douce chaleur enveloppante et un massage drainant pour un effet jambes légères immédiat. La cure BodySculptor de 12 soins promet jusqu'à 2 tailles de vêtement en moins, une cellulite estompée et une peau plus ferme. Proposé par le spa Cosmosoft, ce soin vous permettra de mincir sans y penser ! Vous pourrez aussi y découvrir les bienfaits du dispositif médical ReduStim et de MyoSculptor. Le premier concentre son action sur la zone abdominale et aide à perdre jusqu'à 6 cm de tour de taille en 12 séances. Le second permet de pratiquer une activité physique tout en brûlant 650 calories en plus par séance de 30 minutes.

**Spa Cosmosoft – 83 rue Aristide Briand  
92300 Levallois-Perret – 01 47 15 25 29  
[www.cosmosoft.biz](http://www.cosmosoft.biz)**



# Deux méthodes high-tech au secours de la silhouette

Par Claire Mabrut | Le 17 juin 2015

Plutôt méthode passive ou méthode active ? Envie de faire une pause ou de vous défouler ? Pour sculpter votre silhouette et la remodeler efficacement, les deux options sont possibles. Merci la technologie !

## La méthode passive

Non, ne rêvez pas, la solution miracle n'existe pas. Sans quelques efforts de votre part (en particulier une alimentation équilibrée et contrôlée), les résultats ne seront pas flagrants. Surtout, quoi qu'il arrive, ils ne se verront pas sur la balance mais se mesureront à l'aide d'un mètre ruban. À l'heure où il est plus question de travailler sa silhouette que de faire une fixette sur son poids, les techniques sportives visent davantage à redessiner les lignes et les contours de son corps sans avoir à pousser celui-ci dans ses ultimes retranchements.

C'est précisément l'objectif de deux nouveaux concepts de remise en forme : le BodySculptor de Cosmosoft et le X Body de Fuse Concept. Ces deux technologies aux noms barbares ont pour points communs de vous affubler d'équipements anti-glamour au possible et de ne demander qu'une heure de votre temps, montre en main, deux à trois fois par semaine.

Créée en 1998 et enrichie régulièrement grâce aux nouvelles technologies et aux nouveaux appareils, la méthode Cosmosoft propose des soins « doux », non invasifs, basés sur les processus naturels biologiques ; elle ne provoque aucun effet secondaire, aucune modification du métabolisme. Pour affiner l'ensemble de la silhouette, le BodySculptor exige de se couler dans une sorte de sac de couchage matelassé, zippé et sanglé, duquel s'échappent des tuyaux reliés à un caisson - c'est le côté « zéro sexyness » de la méthode... Une fois que vous êtes bien emmaillotée, la couverture se gonfle et se dégonfle régulièrement, de haut en bas, contractant doucement les muscles, à la manière d'un massage drainant et relaxant. Que se passe-t-il à l'intérieur ? Un champ biomagnétique vient réveiller naturellement le processus de désengorgement des cellules adipeuses (la fameuse lipolyse) et permet, peu à peu, d'affiner la taille, le ventre, les hanches, les cuisses, les bras, etc. Il est même possible de travailler l'arrondi du visage.

Une douzaine de séances est recommandée pour voir le mètre ruban se resserrer de quelques centimètres (6 en moyenne) et constater une transformation globale de sa silhouette. Notamment conseillé pour retrouver sa ligne après une grossesse ou pour corriger quelques défauts, le programme gagne évidemment en efficacité si on lève le pied sur les pains au chocolat et si on fait un peu d'exercice en parallèle, exercice que l'on peut faire avec la seconde machine de Cosmosoft. Baptisée MyoSculptor, elle est conçue sur le même principe de combinaison gonflante, qui est cette fois couplée à un vélo ou à un elliptique pour amplifier les effets, notamment au niveau de la ceinture abdominale. Dernière nouveauté : le Redustim. Basée sur le même principe que les deux précédentes machines, elle est toutefois davantage dédiée à la santé et s'attaque véritablement au surpoids.

Cure starter BodySculptor, 12 séances de 30 minutes : 549 €. Cure starter MyoSculptor, 12 séances de 30 minutes : 349 €. Cure starter Redustim, 12 séances de 30 minutes : 749 €. Jusqu'au 31 juillet 2015, une réduction de 10 % sur ces trois cures vous est réservée. Infos au 01 47 15 25 29 et sur [lespacosmosoft.com](http://lespacosmosoft.com)

Séance XBody : à partir de 39,50 € la séance de 20 minutes. Coaching individualisé à partir de 65 €. Infos sur [xbody-france.com](http://xbody-france.com)





Le féminin qui fait du bien

www.lesaintmagazine.fr

# santé

## magazine

**-3KG**  
EN 5 JOURS

**SAVOIR  
JEÛNER**

**RAPIDE, FACILE  
SUPER EFFICACE**

La nouvelle detox  
du Dr Jean-Michel Cohen

Le plaisir  
des meilleures  
cognac  
de France

**LES JOURNÉES**  
Les recettes  
qui changent l'humeur

**GAGNER  
DIX ANS  
SANS CHIRURGIE**

Alimentation, forme, esthétique  
Efficacité et rayonnement naturelle

**SALE, TROIS JOURS, GROSSES, SANS...**  
LEURS VRAIS EFFETS  
SUR L'HYPERTENSION

**VITAMINE D:**  
Pourquoi est-ce important  
de ne pas se tromquer ?

**PROSTHÈSE**  
LES NOUVELLES PISTES  
DE TRAITEMENT

**LES JOURNÉES**  
Le plaisir  
des meilleures  
cognac  
de France

LES JOURNÉES





## Notre expert

Pr Max Lafontan  
chercheur  
à l'Inserm

SANTÉ

Page 3/4

# QUE VALENT LES MACHINES POUR REMODELER LE CORPS?

En institut, chez le kine ou chez le medecin esthetique, quelles sont les meilleures machines ? Un point complet sur ces méthodes "belle silhouette". Clara Ousset-Masquelier

**L**es méthodes esthétiques pour mincir s'adressent à celles qui veulent améliorer leur silhouette, mais sans chercher à résoudre des problèmes de surpoids ou d'obésité, qui demandent une prise en charge plus globale. Les méthodes présentées dans ce dossier ciblent le raffermissement, la qualité de la peau et les bourrelets localisés.

Attention, enlever du gras à tout prix n'est pas l'objectif absolu ! Comme le rappelle Max Lafontan, spécialiste du

tissu adipeux à l'Inserm\*, « dans environ 40 % des cas, le fait d'enlever de la graisse dans une région donnée – souvent fémorale chez la femme – peut enclencher une augmentation de la masse grasse dans une autre zone du corps. » Enlever du gras oui, mais à condition de refaire du muscle et d'en profiter pour revoir son alimentation.

Toutes les méthodes ne fonctionnant pas de la même façon, reste à choisir la vôtre. Le test ci-dessous permettra de mieux orienter votre choix.

\* Institut national de la santé et de la recherche médicale.

**LE BODYSCULPTOR**

Le drainage corporel... de la tête aux pieds.

**LE CELLU M6**

Le champion du palper-rouler.

**LE LIPOCONTRAST**

Le chaud-froid-chaud.

**LA POWER PLATE**

Se muscler autrement.

	PRINCIPE	POUR QUI	PROTOCOLE	RÉSULTATS	BUDGETS	OÙ	CONTRE-INDICATIONS
	Cet appareil associe la technique d'un champ magnétique et le drainage corporel par micropression. Plusieurs zones peuvent être traitées en même temps (bras, ventre, hanches, culotte de cheval, ovale du visage). Son plus : un effet relaxant.	Profil ▲	La cure traditionnelle prévoit 12 séances de 30 min pendant 4 à 6 semaines, à raison de 2 à 3 séances par semaine.	Une étude clinique sur 22 personnes a constaté des pertes centimétriques réelles (jusqu'à deux tailles).	570 € la cure de 12 séances de 30 min.	Dans les centres de remise en forme.	Le port d'un stimulateur cardiaque, la grossesse, des problèmes veineux importants sont à signaler.
	Il s'agit du palper-rouler mécanique, dont la méthode s'est perfectionnée depuis toutes ces années, avec des protocoles qui ciblent le raffermissement cutané, l'élimination de la peau d'orange... La cliente enfle un party pour faciliter le passage de l'appareil.	Profil ■	Compter 6 séances pour un déstockage graisseux, et un raffermissement cutané à partir de 12 séances.	Les études sont nombreuses et prouvent des résultats positifs dès la première séance sur la rétention d'eau, puis quelques séances sur la fermeté et l'amélioration de la peau d'orange.	30 € les 15 min. Au total, 360 € pour 12 séances.	Dans les centres de beauté, les spas ou chez le kiné. Liste sur lpgsystems.fr	Problèmes de microcirculation.
	Un embout est appliqué et aspire légèrement la zone à traiter. Les adipocytes (cellules graisseuses) sont exposés 10 min à 41 °C, puis 35 min à 3 °C, enfin 15 min à 41 °C. Les zones souvent traitées : le ventre, les poignées d'amour, la culotte de cheval, l'intérieur des genoux.	Profil ▲	1 à 2 séances à 30 jours d'intervalle.	Environ un tiers du bourrelet est censé disparaître. Les résultats ne sont jamais visibles immédiatement, mais 80 % du résultat final doit être évident au bout de 20 jours.	De 200 à 400 € la séance, selon le praticien et la zone traitée.	Chez le dermatologue ou le médecin esthétique.	Maladie de Raynaud, urticaire au froid, problèmes circulatoires... La zone concernée ne doit pas être inflammée.
	Il s'agit d'une plateforme, qui génère des accélérations provoquant une contraction des muscles. Les exercices effectués permettent de mieux faire travailler les muscles que pendant un entraînement traditionnel. À terme, l'objectif est de raffermir la silhouette.	Profil ●	2 séances de 30 min par semaine.	Des études prouvent que l'utilisation régulière de la Power Plate, en complément d'un régime alimentaire, permet une perte de poids et une diminution de la graisse viscérale.	30 € la séance de 30 min. 250 € les 10 séances.	Centres de remise en forme (powerplate.fr).	Grossesse ou accouchement récent. En cas de doute, ne pas hésiter à consulter son médecin.