

Cocooning

Lorsque le froid arrive, lorsque le soleil ne réchauffe plus la Terre et les hommes que dix heures par jour, on se blottit, on se regroupe instinctivement pour se tenir chaud. L'alternative plus « egotrip » : offrir à son corps un bien-être réparateur grâce au massage. Une sélection inédite pour les hommes mais aussi pour les femmes.

PAR JEROME BADIE



SOUFFLEZ

Quand Sophie Chassende crée, en 1999, sa société de communication, elle forme un projet secret d'ouvrir « un jour » un « écrin de bien-être » pour recevoir ceux ou celles qui désirent retrouver un apaisement simple, une détente efficace et un bien-être global. C'est chose faite depuis deux ans. **Ozone** est née. Elle propose différents soins, de l'hydro-massage à sec (grâce à une machine reproduisant les effets des jets d'une thalasso) au nouveau soin *Yotbaï*. Ce soin que nous avons testé est sur mesure. Sophie vous reçoit dans une atmosphère sereine, chaude, simple. Quelques questions d'ordre général et le soin commence. Spécifiez que vous êtes un peu enrhumé, Sophie utilisera une technique chinoise permettant à votre corps d'éliminer les toxines plus facilement. L'inspiration de quelques huiles

essentiels atténue la sensation d'oppression et permet de profiter pleinement du massage. Ce soin, qui se pratique sur un futon, n'a pas de caractéristiques particulières sinon qu'il est exclusivement fait pour vous. On peut noter que certaines des techniques employées sont véritablement inédites à Paris. Elles sont issues des protocoles de massages chinois et dispensées à Chinatown à New York ou directement en Asie. Petit conseil, ne vous fiez pas à la devanture... Osez, entrez, vous ne serez pas déçus. Le prix est très raisonnable : 60 € pour une heure.

Ozone : 4, rue Galvani, 75017 Paris

Tél 01 45 72 42 66

MIXEUR

Au fond d'une cour pavée très parisienne, derrière une porte anonyme, vous pénétrez dans un véritable spa au design épuré et baroque à la fois. Ses allures de palais vénitien qui aurait été revu et corrigé par Philippe Starck apportent une touche inédite. L'originalité de ce décor a une résonance dans les soins prodigués. On a testé pour vous le soin *Fresh Touch* 100 % naturel. Entrez, choisissez un fruit ou un légume frais, avalez-en un verre si vous le souhaitez et laissez faire la masseuse qui mixe les fruits ou légumes choisis pour en faire une purée onctueuse et parfaitement naturelle. Elle y ajoute une huile neutre afin de finaliser l'onguent qui servira au massage. Changez-vous et entrez dans le spa. Un bel espace spacieux et clair. Installez-vous ensuite quelques instants dans le hammam pour débiter cet instant de détente. Une fois allongé sur la table

de massage de la cabine à l'ambiance chromatique évoluant au gré de votre soin et au gré de votre envie, profitez... C'est un massage doux bien qu'assez profond. La crème composée pour vous glisse sur la peau. Le parfum est subtil quel que soit le fruit ou le légume choisi (melon, litchi, pomme, framboise, menthe, avocat, tomate...). Pour une heure de massage, sans oublier la dégustation d'un cocktail assorti, il vous faudra déboursier 85 €. N'oubliez pas que votre temps dans le spa n'est pas limité... Si ce n'est par les horaires d'ouverture, bien sûr.

Renaissens spa : 16, rue Saint-Marc, 75002 Paris.

Tél 01 42 36 03 30 - www.renaissens-spa.com

OASIS

Ah... Sacrée rue Quincampoix... ! Un restaurant dans le noir et maintenant un spa dernier cri... Mais où sont les petits bars multiculturels ? Heureusement, ils sont toujours là. Ce spa met en avant l'esprit de convivialité. Relaxez-vous dans un lit sous la verrière de l'atrium, allongez-vous sur une méridienne, un thé ou un jus de fruit à la main. Parmi la jolie palette de soins à essayer, la



particularité de **Comfort zone** est sa gamme *Aromasoul*. Quatre ambiances : *Oriental, Méditerranéen, Indian, Arabian*. C'est le dernier que nous avons choisi. Il s'articule autour du thème de la terre et du retour aux sources. C'est un gommage profond du visage et du corps pour libérer les toxines. Il est suivi d'un massage extrêmement doux par effleurements pour solliciter les sens et permettre le repos, la décontraction... 1 h 15 de relâchement complet vous attend pour 115 €. Qui n'en a pas besoin ? Cela devrait même être remboursé par la Sécurité sociale !
Comfort zone : 49, rue Quincampoux, 75004 Paris.
Tél. : 01 44 78 64 64.

CRÉATIF

Toujours dans un souci de personnalisation, on cherche LE massage unique. Fait pour soi. Adapté. Créé sur mesure et non répété mille fois. Le massage créatif est justement ce que propose Olivier Garcia. Masseur pour différents palaces de la capitale, il propose ses talents à monsieur ou madame tout-le-monde. Imaginer le massage sur l'instant, c'est mélanger tout son savoir



dans un but unique : permettre la décontraction, faciliter le repos... Vous pouvez choisir de vous déplacer jusqu'à Vincennes chez Olivier ou attendre tout simplement qu'il vienne à vous. Son massage est surprenant. Ses mains ou ses avant-bras... avec quelle partie de ses bras masse-t-il d'ailleurs ? L'envie d'ouvrir les yeux vous vient... Mais vous êtes trop agréablement installé et massé pour souhaiter interrompre cet instant. En outre, les tarifs sont raisonnables puisqu'une séance d'une heure vous coûtera 60 €.

Corpseto, Olivier Garcia : 22, rue Leroyer, 94300 Vincennes. Tél. : 01 43 74 73 01 - www.corpseto.com

MUST

Pourquoi le corps cache-t-il ses mystères ? Pourquoi ne les dévoile-t-il qu'à une « caste » particulière ? C'est injuste... Maxime en fait partie. L'institut Élément reçoit un personnage vraiment particulier. Il parle à l'oreille de notre âme. Avant de revenir sur cet instant à part, parlons de ce bel endroit. Un institut simple, spécialisé dans le Pilates. En cours privé, à deux ou trois ou lors de classes, vous trouverez la bonne formule pour ressentir l'effort pur. Mais revenons à notre masseur... C'est au sol, comme le veut la tradition, que se déroule le massage Shiatsu de Maxime. Une fois allongé, il relève votre énergie comme s'il lisait en vous. S'ensuit un massage Shiatsu typique, doux et relaxant. Il termine en précisant : « Ne vous inquiétez pas si vous faites des rêves bizarres, si vous êtes très fatigué ou au contraire particulièrement actif pendant deux ou trois jours, c'est normal ! » Je suis plutôt dubitatif quant aux histoires d'énergie... Pourtant, la nuit suivante... Je suis pourchassé par des bourdons, je tue deux personnes... Bref ! je fais bel et bien des rêves pour le moins étranges... À vous de juger... Résultats garantis à toute âme réceptive...

Élément : 41, rue de Richelieu, 75001 Paris.

Tél. : 01 40 20 42 62 - www.elementparis.com.



NICKEL



NICKEL

NICKEL À L'HEURE DE LONDRES

Après New York et San Francisco, le célèbre institut pour hommes **Nickel** ouvre de l'autre côté de la Manche... À seulement 2 heures de Paris, après une journée de shopping chez Harvey Nichols, retrouvez vos soins préférés à Covent Garden. Bonne chance à cette nouvelle adresse.

Nickel Spa for men : 27, Shorts Garden, London WC2H 9AP

Tél. : (+44) 207 240 40 48.

JOUEZ LA STAR...

C'est très simple. Une coupe de champagne, du foie gras à la fleur de sel de Guérande, quelques fruits secs, un peu de confiture de figues, le tout à déguster dans un jacuzzi. Une séance de hammam, une bonne douche. Finissez de préférence par le massage **Omnisens**. À deux ou seul... C'est Noël, on vous dit ! 99 € par personne le jeudi de 20 h à 23 h.

Omnisens : Bercy Village, 75012 Paris.

Tél. : 01 43 41 96 96 - www.omnisens.fr