



Club privé. Un bel appartement haussmannien en rez-de-cour, 500 m² d'espace et d'appareils dédiés au coaching sur rendez-vous. Ici, chaque séance se déroule sous le contrôle d'un personal trainer attentif qui, primo, s'enquiert du niveau de forme et d'exigence de son élève (mesures, tests posturaux, de souplesse et d'endurance, la première fois). Deuisio, lui concocte un programme d'exercices sur machines ou avec accessoires, évolutif, bien entendu. Tertio, le suit durant une heure, alternant conseils avisés et encouragements mesurés. Ce qui a un coût : 150 € de droit d'entrée, 1 000 € la cotisation annuelle, 75 € l'heure d'entraînement (120 € à deux). Le must : une salle VIP, avec vestiaire et sortie privés, pour se muscler incognito !
Wellness Attitude, 9th-11, rue Roquépine, Paris-8^e, tél. : 01 40 17 12 20.

ISABELLE SANSONETTI