

FORME, LUXE ET VOLUPTÉ

Chez Wellness, on n'a pas le sentiment de pousser la porte d'une salle de gym. L'endroit est luxueux et cosy. La maîtresse des lieux a réinventé le concept des clubs de remise en forme et vous reçoit dans un vaste appartement haussmannien de plus de 500 mètres carrés.

● **Côté forme** : pas question de se lancer seul. Il faut prendre rendez-vous, et c'est sous l'œil averti de l'un des dix coaches que se déroule la séance. Résultat : un travail ciblé dans une atmosphère sereine, sans trop de monde. On y retrouve les dernières créations en matière de remise en forme : Huber, une plate-forme qui travaille l'équilibre postural ; une plaque vibrante pour se muscler sans effort ; des ballons pour des séances de Pilates au sol ; mais aussi, bien sûr, des rameurs, des vélos, des tapis de course...

● **Côté bien-être** : à vous de choisir entre le Path Finder, un caisson de relaxation venu de Singapour et qui vous fait flotter dans une solution saline ; l'Aquamassage, une invention américaine qui consiste à se faire masser habillé (protégé par une membrane étanche) pendant une quinzaine de minutes par dix jets d'eau ; le Slim Fit, une technique italienne qui combine infrarouge court et séance de cardio-training pour vous faire fondre. Et, si vous avez une âme plus classique, vous pourrez vous contenter des différents massages – thaï, shiatsu...

● **Côté détente** : un « lounge » aux tables espacées et à la décoration d'inspiration asiatique vous attend pour un déjeuner diététique, commandé la veille. Les menus sont élaborés selon vos

besoins par une diététicienne. Dans le cas contraire, vous aurez toujours la possibilité de vous faire servir un café ou un thé.

● **Côté discrétion** : pour ceux qui veulent passer inaperçus, une salle, avec entrée privative, est à disposition. Ils y retrouvent tous les appareils avec un vestiaire et, bien sûr, leur coach. **L.N.N.**

Wellness Attitude, 9 bis-11, rue Roquépine, 75008 Paris.

Tél. : 01.40.17.12.20. Forfait découverte d'une heure : 100 €.

Cotisation annuelle: 1000 € (activités en sus).

