



CHAUD ET FROID ne et tempête soufflent l'énergie

ste énuméré, ce soin pourrait paraître classique : gommage et massage puis sur le ventre, démaquillage, pose d'un masque et d'une crème sur le visage. Mais à La Bulle Kenzo rien n'est comme ailleurs. Les cabines de soins sont petites et lumineuses. Celle-ci est coiffée de poils blancs. A l'intérieur, un carrelage doré reflète tous les éclats d'une boule disco. Tout diffère aussi par les odeurs et les textures. Comme les Flocons toniques exfoliants, à l'aspect Bounty, qui gomment doucement, ou le miel de massage au gingembre, frais puis fondant au contact de la main contre la peau. Et le massage... une succession d'ondes, de pressions, d'effleurements et d'étirements. Pour ces « Variations tactiles et textures extrêmes », aucun geste n'est inutile, jusqu'à la façon d'enlever le drapage en le faisant lentement glisser le long du corps. Tout s'entrecroise, les doigts se mêlent aux orteils, les paumes aux épaules, le dos aux avant-bras, tout frissonne, le dos, les pieds, le ventre, le visage, avec des objets non usuels : fermes, ronds, presque brûlants ou glacés, posés et déplacés au gré de chaque étape se ponctue par l'application d'oshiboris (serviettes chaudes) pour enlever l'excédent de miel et par une brumisation d'eau fraîche parfumée. Tous les sens sont en éveil. Enfin, presque tous, puisqu'il est facile d'identifier les fameux points d'acupuncture. Mais, pour s'abandonner, ce n'est pas recommandé... **I.D.**
1h30. Prix : 200 euros à La Bulle Kenzo, 1, rue du Pont-Neuf, Paris 1^{er}, tél. : 01 45 23 65 73.

MASSAGE AVEC DES BALLONS D'EAU redonnez-vous le moral

Après une brumisation planante pour débiter le soin : la tête et les jambes reposent sur un coussin moussé d'eau. Le praticien exerce quelques appositions manuelles et des

mouvements d'ostéopathie crânienne pour soulager les tensions du dos. Puis il se sert d'un gros ballon rempli d'eau et chauffé au bain-marie comme d'un rouleau à pâtisserie. Frictions, pressions, vibrations... Le ballon pétrit et aplatit toutes les zones contractées du corps. Deux ballons beaucoup plus petits décrispent les lombaires, le ventre, la nuque et le visage. L'effet est immédiat : la chaleur réconfortante agit comme un « dégrissant » sur les muscles tendus. Elle améliore la circulation sanguine et détoxifie. Le clapotis de l'eau à l'intérieur du ballon évoque l'univers aquatique et nous transporte loin de nos soucis. « Ce massage, mis au point en collaboration avec un kiné ostéopathe, est idéal après un cours de sport trop intense, explique Karen Gallo, directrice de la Villa Thalgo. Il permet également une récupération rapide du sommeil. » Le top pour se requinquer du jet-lag!

A-C.B.

Durée : 50 minutes. Prix : 105 euros à la Villa Thalgo, 8, avenue Raymond-Poincaré, Paris VIII^e, tél. : 01 45 62 00 20 ; et au centre de thalassothérapie Thalgo, à La Baule, tél. : 02 40 11 99 99.