

Instituts

Techniques décalées et métis-sées ou ingrédients rares, certains massages ne ressemblent décidément pas aux autres. Laissez-vous emporter.

Par Emmanuelle Courrèges



Ban Sabai Voyage énergisant au gingembre de Panpuri

LE LIEU : un havre de paix dans le tumulte du quartier de la Bastille. Les bambous, les bouddhas, les bougies, le mobilier thaï, on est ailleurs, et c'est un bonheur rare.

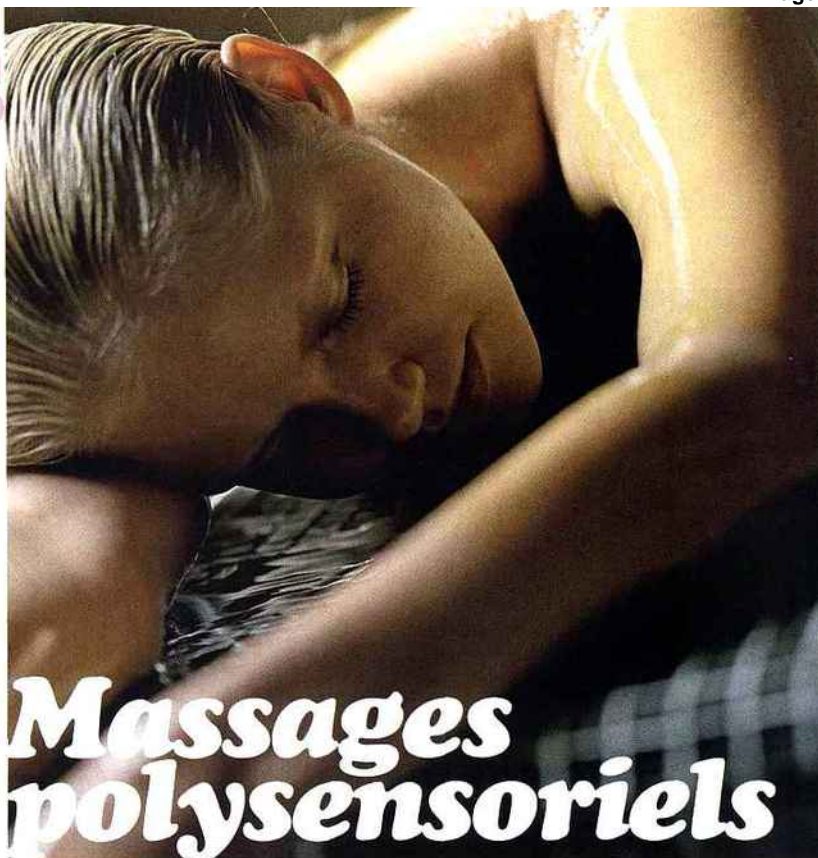
LE SOIN : après un bain de pieds purifiant et relaxant, puis un gommage qui agit déjà comme un vrai drainage, c'est l'huile de gingembre Panpuri qui est utilisée pour ce massage, inspiré du nuad-bo-rarn. Habituellement réalisé à sec et habillé, ce massage traditionnel thaïlandais est fait d'acupressions, de pressions profondes et d'étirements. Il relance la circulation, nettoie le corps de ses toxines physiques et émotionnelles, et rétablit l'énergie. L'odeur du gingembre participe à l'effet booster.

LE PLUS : l'accueil adorable. Le thé à la fin du soin, dans la cabine. Et le calme absolu.

LE MOINS : peut-être de devoir s'asseoir sur le bord de la baignoire pour tremper ses pieds dans la bassine d'eau tiède. On est un peu en équilibre sur une fesse. Mais c'est vraiment un détail.

NOTRE AVIS : un coup de cœur. Du thaï vraiment traditionnel, mais diablement efficace et généreux. Et avec un sourire sur toutes les lèvres. Qui dit mieux ?

LE PRIX : 190 € pour 120 min. 12, rue de Lesdiguières, Paris 4^e, tél. 01 42 71 37 10.



Spa Ida Delam, hôtel Le Six Le souffle du Sari

LE LIEU : le spa d'un hôtel intimiste, avec des cabines comme des boudoirs, décorées par Ida elle-même. Gros bouquet de roses, peintures XIX^e, objets d'art et écran géant diffusant de belles images poétiques...

LE SOIN : après un gommage efficace, puis une douche, le massage à base d'Huile Secrète (à la myrrhe) démarre. Profond, il détend les muscles, dénoue les articulations, libère les toxines et les nœuds. Le corps est échauffé, enveloppé, vraiment pris en main. Pour revenir à la réalité et créer cet effet yin et yang inhérent à tout massage d'inspiration orientale, Ida passe plusieurs fois sur le corps, de bas en haut et de haut en bas, un léger voile sari. Incroyable mais vrai : un effet fraîcheur indéniable, comme un petit vent de mousson après la moiteur d'une journée. Au lieu d'être engourdie et endormie, comme après tout massage musculaire profond, on est juste bien, très bien...

LE PLUS : la main d'Ida et de ses acolytes. Le lieu, magique. Et la bande-son.

LE MOINS : Euh... que ce soit loin de chez moi ?

NOTRE AVIS : l'accueil est si charmant que l'on craque inévitablement.

Ce soin Sari apporte un vrai souffle au corps, qui réveille l'énergie en douceur. Pas gadget et même plutôt bien pensé !

LE PRIX : 105 € pour 60 min. 14, rue Stanislas, Paris 6^e, tél. 01 42 22 62 67.



Terre d'Iris Soin Gaïa de Gemology

LE LIEU : dans la rue *fashion* de Neuilly, un ancien salon de coiffure transformé en spa avec salle de fitness, hammam, salon de coiffure high-tech et salon de thé.

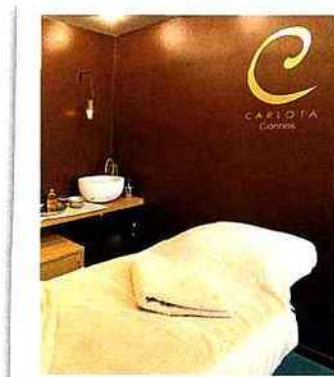
LE SOIN : ce soin revitalisant signé Gemology commence par un hammam pour préparer la peau. Il est suivi d'un gommage tonique à la pulpe de coco (ou autre si on y est sensible) et d'un massage à l'huile de monoï, réalisé avec des pierres semi-précieuses. Leurs formes diverses (petits rouleaux, pierres rondes et plates) permettent de stimuler certaines zones du corps. Il est suivi d'un enveloppement à la boue volcanique de Nouvelle-Zélande, très reminéralisante. Ce soin, posé sous plastique et serviette (20 min), est d'une tiédeur délicieuse. Après une douche, l'application du lait Parure de Soi, à base de nacre et de pierre de lune à l'effet lumineux, clôt le protocole.

LE PLUS : le hammam absolument sublime et la table chauffante, qui ne dispense ses bienfaits que sur le haut du corps.

LE MOINS : les pressions sont assez fortes et le geste parfois un peu bâclé, avec une sensation douloureuse à la clé. Et puis, trois douches, ça fait un peu beaucoup.

NOTRE AVIS : le massage avec les pierres semi-précieuses est original, et leur contact est très agréable, différent des pierres chaudes.

LE PRIX : 135 € pour 120 min. 39, rue de Chartres, Neuilly-sur-Seine, tél. 01 47 47 84 54.



Carlotta Massage à la bougie

LE LIEU : le très célèbre institut Carlotta, très couru des *beautiful people*. Un rez-de-chaussée avec petit jardin privatif et sous-sol dédié au hammam et aux massages.

LE SOIN : un massage de tout le corps à la cire de bougie dont on choisit le parfum. Une fois celle-ci chauffée et un peu liquide, l'esthéticienne en verse un peu sur le corps. C'est tiède et agréable. Au contact de la peau, la cire se transforme en huile de massage, comme un baume. Pétrissages, palper-rouler, lissages, empaumements, c'est un modelage ultra-complet, doublé d'une hydratation optimale.

LE PLUS : la main exceptionnelle de Violetta (l'une des meilleures jamais testées à Paris) et son massage des fesses. Cette zone est très rarement touchée en institut, alors qu'elle concentre une multitude de terminaisons nerveuses qui, ainsi stimulées, relancent toute l'énergie dans le dos et le bas du corps.

LE MOINS : la mauvaise insonorisation des cabines et des murs, qu'il faudrait un peu rafraîchir.

NOTRE AVIS : on en sort le corps un peu groggy, mais dans le bon sens, absolument détendue. On aime la sensation de chaleur de ce soin, la douceur de la cire de bougie. Le corps est nettoyé de ses toxines et la peau soyeuse.

LE PRIX : 120 € pour 60 min. 15, rue de Sablonville, Neuilly-sur-Seine, tél. 01 47 47 12 12 ; 16, avenue Hoche, Paris 8^e, tél. 01 42 89 42 89.



Meilleur rapport qualité-prix

Bains d'Orient Soin Loukoum Barouk à la rose

LE LIEU : un espace oriental dans l'Est parisien, avec ambiance « comme là-bas » : hammam, salon de thé, salle de repos et cabines séparées par des rideaux.

LE SOIN : après un hammam (parfumé à l'eucalyptus), le soin commence par un gommage au sucre et à l'huile à la Rose de Charme d'Orient. Une fois rincé, c'est l'application de barouk, cette pierre réduite en poudre qui, mélangée à de l'eau, a des vertus clarifiantes et éclaircissantes. Les femmes orientales l'utilisent régulièrement en coup d'éclat. Posé sous film plastique et serviette chaude pendant quinze minutes, il fait la peau satinée. Un massage à l'huile à la Rose, qui draine le bas du corps, chasse les nœuds du dos et apaise le mental, clôt ce rituel.

LE PLUS : pouvoir rester autant qu'on le souhaite dans le hammam puis dans la salle de repos (j'y ai passé quatre heures !). Le thé et le loukoum qui sont offerts.

LE MOINS : en plein hiver, j'ai eu un peu froid dans la salle de repos.

NOTRE AVIS : très bon rapport qualité-prix. C'est l'endroit idéal pour passer l'après-midi avec quatre copines. Le hammam plus le gommage au savon noir coûtent à peine 45 €. Un record !

LE PRIX : 90 € pour 90 min. 7, place Stalingrad, Paris 10^e, tél. 01 40 05 03 90.

➡ Les dernières adresses en vue sur votrebeaute.fr