

COMMENT JE SUIS DEVENUE MINCE

Si l'on veut se faire une opinion sur les machines à mincir, il faut suivre le protocole dans la durée et savoir qu'elles ne répondent pas forcément à toutes les indications. Pour vous, rien que pour vous, nous nous y sommes collées, et nous les avons testées très sérieusement. Pour vérifier, en chair et en os, les résultats sur la balance ou dans un jean test, et pour vous assurer de la justesse de leurs prouesses. *Par* Emmanuelle Courrèges

Illustration Sophie Bouxom

LE NOUVEAU PALPER-ROULER ICOONE

La promesse : réduire les volumes, sculpter la silhouette, lisser la peau.

La machine : des têtes de massage avec une aspiration centrale, mais aussi deux rouleaux qui comprennent chacun 132 alvéoles produisant 1 080 microstimulations tissulaires par passage, avec une résonance sur 10 cm² de peau. Aspirations et vibrations vont de pair, tout en douceur, avec une force et un rythme adaptés à chaque sensibilité.

L'objectif : réduire la masse grasseuse sur les fesses.

Le test : mon jean fétiche, dans lequel je ne me suis pas glissée depuis l'an 2000.

Protocole : rendez-vous est pris avec Faty afin qu'elle pose un diagnostic. Elle veut voir, mais aussi toucher. La qualité de la peau, le type de cellulite, une éventuelle rétention d'eau, les jambes lourdes ou non... Et ce, afin de mieux choisir la « Base » et le « Focus », les deux temps de la séance qu'elle va me proposer. Ma cellulite est fibreuse à un endroit, œdémateuse ailleurs. J'ai donc droit à des programmes différents. Sur les fesses, sur les cuisses, il existe aussi des variantes. Un jour de shopping avant Noël, les jambes bien gonflées (et gonflée tout court !), je rencontre Myriam, la praticienne, qui décide de me faire un drainage. Dans mon collant vert fluo – telle la fiancée du Géant Vert –, je suis couchée sur le dos et Myriam doit parfois me réveiller pour que je me retourne. Les manœuvres sont si douces, si peu traumatisantes que ce rendez-vous est devenu ma pause sieste. Mais je constate séance après séance que je fonds lentement sans pouvoir déceler le moindre bleu, la moindre marque, et sans la moindre douleur.

Le plus : on peut en faire tous les jours, ça ne traumatise pas les tissus, c'est rapide et on ne peut plus efficace !

Le moins : il faut y aller régulièrement et entretenir, mais vous le savez, c'est comme pour tout.

Résultat : dès la quatrième séance, je le vois. Dans mon jean, c'est bien simple, non seulement je l'enfile à nouveau, mais au niveau du pli sous-fessier, je peux pincer le tissu entre mes doigts. Le lendemain de ma sixième séance, et après une semaine à la montagne où je n'ai pas pu résister à une tartiflette, Franck, mon meilleur ami, lâche la bombe que j'attendais depuis mes 14 ans : « Mais qu'est-ce que tu as fait, Emma ? Tu as perdu au moins quatre kilos, tu es carrément maigre ! » Moi, la gynoïde qui se planque derrière un palmier avant de rejoindre la plage, je suis maigre ? Je file sur la balance : j'ai perdu cinq cents grammes ! Icoone est ma nouvelle meilleure amie : sans perdre de poids, elle a réduit mes formes de manière incroyable, et depuis je suis accro.

Prix : 50 € la séance (voir forfaits).

Adresse : Power Plate Institute, 83, avenue Niel, Paris 17^e, tél. 01 48 88 00 80.