

VOTRE BEAUTÉ

Mars 2009

VÉCU

Pourquoi ont-elles grossi ?
Comment ont-elles maigri sans stress ni faim ?

SURPOIDS

La génétique ne serait plus une fatalité

SEL

Gare à l'overdose !

PSYCHO

Ma balance me balance

CRÈMES

Oui aux dévoreuses de capitons

DIÉTÉTICIEN, NUTRITIONNISTE

Qui faut-il croire ?

RÉGIMES

Nos testeuses **2008** ont-elles repris du poids ?

DÉGONFLEZ

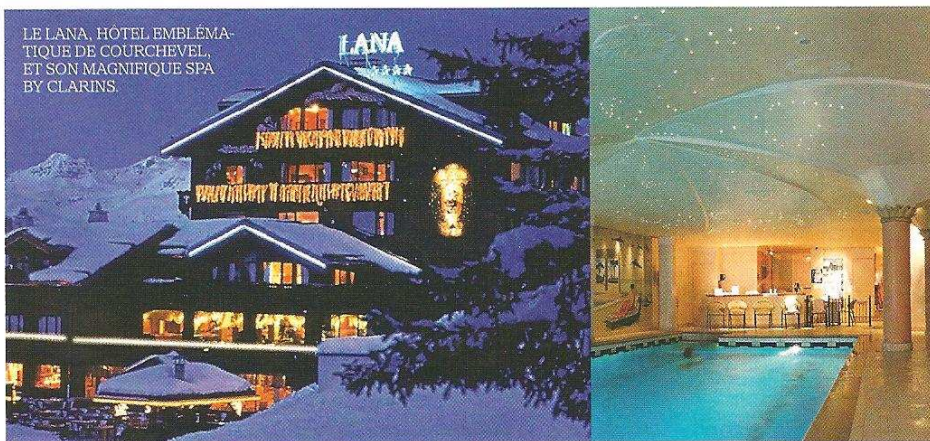
en institut

Spécial Minceur

Perdre du poids, sans carences ni compulsions, selon sa typologie, ses gènes, ses hormones



LE LANA, HÔTEL EMBLÉMATIQUE DE COURCHEVEL, ET SON MAGNIFIQUE SPA BY CLARINS.

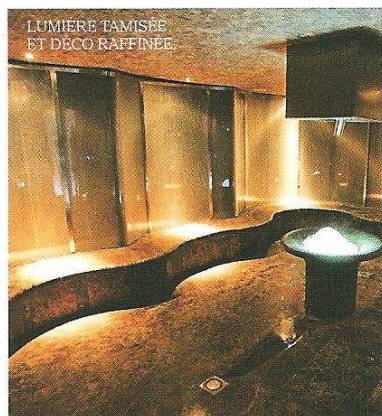


VB aime

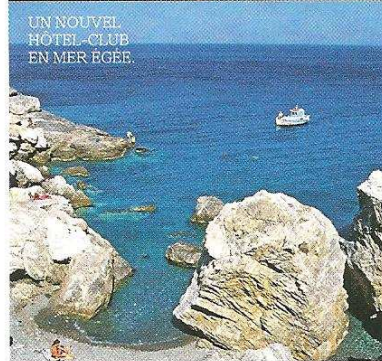
LE LUXE EN PLEINE MONTAGNE

Il vient de fêter ses cinquante hivers et reste une référence dans l'hôtellerie de luxe à Courchevel. En pleine séance de relooking, le célèbre Lana a aussi offert une cure de beauté à son spa. Agrandi de plusieurs cabines, le Spa by Clarins, tout en mosaïque de pâte de verre et en courbes, est une parenthèse de chaleur salutaire lorsque le thermomètre affiche - 7 °C sur les pistes. Profitez-en pour tester l'Hydratation d'Ouessant, un soin visage *light* pour redonner de la souplesse à la peau (60 min, 120 €). Un petit coup de fatigue ? Le massage Jaf Futon (55 min, 130 €) qui mélange différentes techniques asiatiques (thaï, shiatsu, réflexo, etc.) va vous remettre d'aplomb. Vraiment génial !

• Hôtel Le Lana, à partir de 390 € la nuit avec petit déjeuner en chambre standard, tél. 04 79 08 01 10. Informations sur www.lelana.com.



LUMIÈRE TAMISÉE ET DÉCO RAFFINÉE



UN NOUVEL HÔTEL-CLUB EN MER ÉGÉE.

Un city spa à Neuilly

Voici un lieu intimiste, juste aux portes ouest de Paris, qui réunit sur plusieurs étages un spa de 150 m² mais aussi une salle de gym, un salon de coiffure et un espace *lounge* hyper cosy. Vous pourrez y profiter des soins cabine de la marque Gemology, à base de pierres précieuses. On a particulièrement aimé le Soin Anti-Rides Écrin Diamant (145 €) qui, au terme de 90 min de détente totale, vous fait un teint éclatant et une peau repulpée. Le plus : les massages très relaxants réalisés avec des pierres semi-précieuses polies. Une adresse à s'échanger entre copines.

• Terre d'Iris, 39, rue de Chartres, Neuilly-sur-Seine. Tél. 01 47 47 84 54. www.terrediris.com.

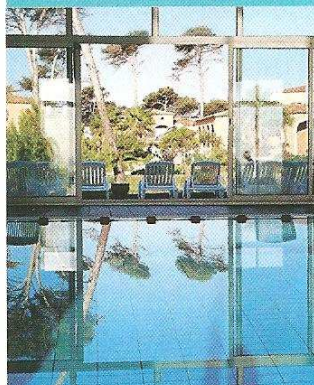
NOTRE BON PLAN : LA CRÈTE

Un nouvel hôtel-club Lookéa, le Santa Marina, ouvre à Héraklion au printemps. L'occasion d'être parmi les premiers à profiter de son spa flambant neuf et de ses quatre cabines. Laconium, bains à remous, hammam, sauna, rien ne manque. Séjour à partir de 835 € TTC par personne en formule tout inclus (vol A-R, transferts, repas, boissons, etc.), 8 jours/7 nuits, avec une journée spa (deux soins), valable du 9 avril au 28 octobre 2009.

• Informations et réservations : Look Voyages, tél. 01 45 15 31 70 ou sur www.look-voyages.fr.

À gagner

UNE SEMAINE POUR DEUX À HYÈRES



En partenariat avec Accor Thalassa, *Votre Beauté* offre à ses lectrices la possibilité de gagner un séjour d'une valeur de 1980 €, six jours et six nuits pour deux personnes à l'Ibis Thalassa Hyères, en chambre double, demi-pension, comprenant une cure de remise en forme (quatre soins par jour) pour chacun.

Direction la Provence, son soleil et ses senteurs de pin. Après vos soins, vous pourrez profiter de la situation privilégiée de l'hôtel d'inspiration provençale pour aller visiter l'arrière-pays, les marchés des villages avoisnants ou même faire une escapade en bateau jusqu'à la célèbre île de Porquerolles. Renseignements au 04 94 38 67 32 ou sur www.accorthalassa.com. Jeu gratuit sans obligation d'achat. Pour participer, envoyer par SMS* **SMS+** le message VBHYERES. Clôture du jeu le 10 mars 2009. Extrait du règlement page 118.

*71212 ÉDITÉ PAR 3614 RCS B411 864 986 / 2 SMS FACTURÉS