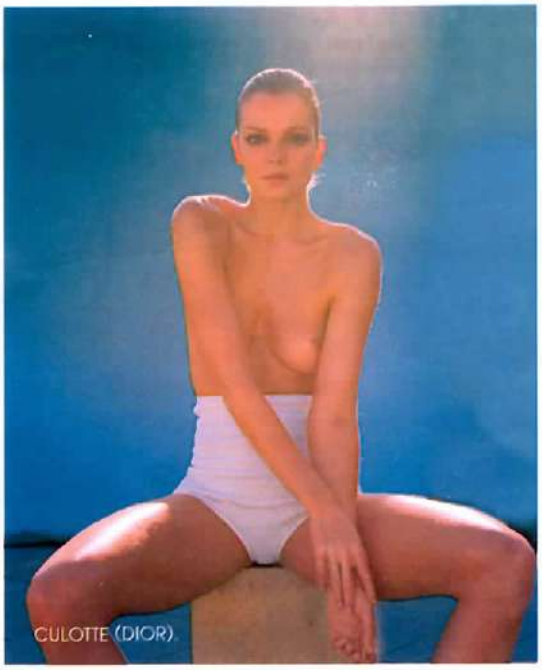
CULOTTE (DIOR).

ON DÉNOUE AVEC LE MASSAGE HOLIBELLY Aux grands maux les grands moyens. Afin de rétablir l'équilibre énergétique, ce modelage abdominal réunit cinq techniques de massage. « Je réalise un travail sur mesure pour murmurer à l'oreille des organes, et détendre chaque partie du ventre », raconte la thérapeute manuelle. L'action détoxifiante et drainante de ce protocole active l'élimination des toxines stockées dans l'intestin et rééquilibre la circulation des énergies. » A la sortie, un petit ventre heureux, dénoué et dégonflé. *270 €/90 min. Espace Chantal Lehmann, 175 quater, bd Jean-Jaurès, Boulogne-Billancourt (92), 01 78 76 90 02.*

ON FOND AVEC LE PALPER-ROULER DES STARS Tout comme la planète beauté, les actrices ne jurent que par Olfa Perbal, nouvelle gourou anti-capitons : une pour avoir sauvé ses cuisses en tôle ondulée, une autre pour avoir délesté sa silhouette empâtée… Son arme ? Un palper-rouler mené de main de maître pour dissoudre les amas graisseux et drainer l'eau emprisonnée dans les tissus. « Ce massage tonique permet de reformer une taille, d'aplatir une culotte de cheval ou de désinfiltrer les cuisses. On peut espérer perdre 1,5 cm de tour de taille en dix séances et 3 cm de tour de cuisses en quinze séances », promet l'experte. On comprend pourquoi Virginie Ledoyen lui est fidèle depuis quatre ans. *75 €/50 min. Zerelli, 8, rue Jean-Richepin, Paris 16e, 06 60 74 07 49.*

TONIFIER AVEC DES HUILES

Une fois la bonne routine adoptée, on en booste les effets avec les huiles drainantes qui décapitonnent et détoxifient. Appliquées après le massage ou avant la gym, elles donnent le meilleur. Un cocktail de baie rouge antioxydante, d'huile essentielle de citron tonifiante et de thé vert raffermissant. ***Huile Anti Cellulite Sublimante, Le Petit Marseillais, 9,90 €.*** Un as pour désinfiltrer, drainer et lisser la peau d'orange. ***Concentré Minceur, Caudalie, 24 €.*** De l'extrait de lupin pour relancer la synthèse de collagène et stimuler le renouvellement cellulaire. ***Huile Phyto-Tonique, Cinq Mondes, 49 €.*** On la masse, et l'effet liftant apparaît aussitôt. ***Huile Anti-Cellulite Body Refirm, Biotherm, 29 €.*** Une valeur sûre pour éliminer les toxines. ***Huile Anti-Eau, Clarins, 49,60 €.*** C'est une mousse, pas une huile, mais ce super-draineur stimule les enzymes de détoxification et lutte contre la rétention d'eau. ***Soin Corps Detox, Filorga, 29,90 €.***

ÉLIMINER AVEC LES COMPLÉMENTS

Bouleau, pissenlit, queue de cerise : le bon trio d'élimination. ***Détox Stick Fluide, Naturactive, 10,50 €.*** Pour dégonfler, drainer et brûler les graisses. ***Kétoslim Draineur, Biocyte Fitness System, 19 €.*** Du guarana pour déstocker les graisses, du thé vert pour éliminer excès d'eau et toxines. ***Aqua Ligne Minceur, Laboratoire Vitarmonyl, 6,70 €.*** Des algues et des plantes drainantes pour stimuler l'élimination des toxines. ***Infusion Drainage, Isomarine, 9,90 €.*** Une star de la détox pour éliminer eau, toxines et tout ce qui nuit au ventre plat. ***Artichaut SOS Minceur, Laboratoires Juvamine, 7,46 €.*** Ce complexe à base de fibres absorbe graisses et sucres. Il réduit aussi les calories avalées. ***Capteur 3 en 1, Oenobiol, 27,50 €.*** Il purifie, détoxifie, draine et déstocke les graisses. ***Programme Détox/Minceur, Forté Pharma, 19,50 €. Cure Détox Bio Douceur Cerise, 36 €. Energy Matcha Teatox, à partir de 14,90 €.*** ▸