

## L'ATELIER MONTORGUEIL DU SPA NUXE

L'Atelier Montorgueil du Spa Nuxe est un nouvel espace dédié à des experts du bien-être pour retrouver le chemin de soi.



Aliza Jabès, la Présidente de Nuxe a décidé de « proposer à la clientèle du Spa Nuxe des disciplines éprouvées, maîtrisées par des experts, répondant à la recherche d'une meilleure conscience de soi.

Au nouvel L'Atelier Montorgueil, les experts pratiquent des techniques qui vont au-delà du bien-être.

L'apaisement et la sensation de se retrouver sont immenses et infinis.»

Avec L'Atelier Montorgueil, il est question de se recentrer, de se retrouver, pour être en meilleure harmonie avec soi-même. Dans une scénographie de bois sculpté et de murs de pierre, L'Atelier Montorgueil ressemble à une scène mais en plus intime. C'est un espace dédié, à l'abri des regards, séparé du reste du spa par de lourds rideaux.

Comme au théâtre, le décor change en fonction de la discipline : tatami pour le shiatsu, tapis ou chaise avec coussins et plaids pour la sophrologie, tapis de sol pour la gymnastique holistique.

### Shiatsu - réflexologie

Le shiatsu et la réflexologie sont des disciplines énergétiques orientales de détente. Il s'agit de manœuvres de digitopressions précises appuyées sur des points très spécifiques du corps ou du pied. Le Maître Shiatsu de l'Atelier Montorgueil a une longue pratique de ces disciplines, une lecture attentive des corps et une main calme et bienveillante.

**Bienfaits :** la séance permet de réduire la sensation de stress et des tensions et apporte une sensation de bien-être immédiat.

### Sophrologie

La sophrologie est une technique de relaxation et de développement personnel fondée sur des exercices de respiration et de gestion de la pensée. La pratique de la sophrologie est orientée vers une meilleure prise de conscience du corps.

**Bienfaits :** ce cours est une ouverture vers le lâcher-prise et vers une profonde relaxation. « Depuis toujours, la respiration occupe une place centrale dans les pratiques méditatives. C'est le moyen le plus puissant pour se connecter à l'instant présent.»

### Gymnastique holistique

À partir de mouvements simples, il s'agit d'apprendre à retrouver sa mobilité naturelle. Au cours d'une séance de gymnastique holistique, la détente, le placement du corps et la tonification musculaire sont abordés.

**Bienfaits :** une belle énergie retrouvée, une meilleure souplesse et surtout l'apprentissage d'une meilleure posture à adopter, la clé de voûte de l'équilibre.

**Spa Nuxe Montorgueil,**  
32 rue Montorgueil,  
75001 Paris.  
Tél. 01 42 36 65 60. ■

## UN SPA VISAGE

Fruit d'une rencontre inédite entre l'hôtellerie haut-gamme et la cosmétique de pointe un service de soins pour le visage exclusif vient de faire son entrée au Champs Elysées Mac Mahon.

En voyage, la peau est soumise à rude épreuve : jet lag, changement de climat, pollution et journées trépidantes fragilisent l'équilibre et l'élasticité naturelle de l'épiderme. Pour profiter pleinement d'un séjour à Paris tout en préservant l'éclat de son visage, l'hôtel 4 étoiles Champs Elysées Mac Mahon lance un service exclusif, en partenariat avec Visoanska.

Sur simple réservation 24h à l'avance, confortablement installés dans leur chambre, les clients peuvent désormais bénéficier d'un soin visage prodigué par les mains expertes d'une esthéticienne. 5 soins d'une durée de 30 à 90 minutes sont ainsi propo-

sés aux hôtes du Champs Elysées Mac Mahon : «Viso lift», «Express Vlvifying Treatment», «Visopur», «Anti-Imperfections Treatment» et «Hypnotic Eye Treatment».

Pour un soin visage déstressant entre deux rendez-vous d'affaires ou un rituel de soin complet liftant revigorant et raffermissant, ce spa visage haut de gamme propose aux hôtes du Champs Elysées Mac Mahon un véritable coup d'éclat ou des soins anti-âge basés sur la synergie d'actifs intelligents.

**Hôtel Champs Elysées Mac Mahon,**  
3 av. Mac Mahon,  
75017 Paris.  
Tél. 01 43 80 23 00. ■