C'était comment ?

ON A TESTÉ : LE MASSAGE RELAXANT IDÉAL POUR LES SPORTIFS

Notre rédactrice en chef et experte beauté à testé : le massage Deep Tissue au Spa Nuxe de l'hôtel des Bains & Wellness à Robertville. C'était comment ?

Le lieu. Un hôtel 4 étoiles, au bord du Lac de Robertville, en pleine nature, dans les Fagnes, et son spa griffé Nuxe, le seul en Belgique.

Le massage. Un protocole dédié aux personnes tendues, fatiguées, idéal aussi pour les sportifs qui veulent récupérer après un entraînement.

Ça se passe comment ? D'abord, l'accueil, avec un nettoyage des pieds qui détend, et des pressions sur l'ensemble du corps, qu'on reçoit allongée sur le ventre. Ensuite, un massage du corps avec l'Huile Prodigieuse (waouh, son parfum qui envoûte !), fait de points appuyés sur les zones de tension avec les pouces, les poings et les avant-bras, et d'effleurements légers. La thérapeute glisse ensuite des pochons aux épices et galets sur les jambes et le dos pour débloquer les dernières tensions. Puis le stretching commence : les jambes sont pliées et étirées, et la thérapeute poursuit avec un massage du ventre, des jambes et des bras. On se retourne et c'est reparti pour le même protocole sur l'avant du corps ! Quand c'est terminé, on s'assied sur la table et la thérapeute peaufine la détente avec des manœuvres sur les trapèze et le dos.

On se sent comment après ? Particulièrement détendue, le corps allégé de toute tension, la peau toute douce et la tête dans les nuages grâce au parfum de l'Huile Prodigieuse. Le plus difficile ? Revenir à la réalité !

Où ? Au Spa Nuxe de l'Hôtel des Bains & Wellness, Haelen, 2, 4950 Robertville. 080 67 95 71. www.hoteldesbains.be

Prix : 125 € le massage de 75 minutes.

04.08.17 | Tags/ **beauté, nuxe**

J'aime 6

LAURENCE DESCAMPS
Rédactrice en chef

A lire aussi

Peut-on encore porter une minijupe à 50 ans

Là-Haut : le roof bruxellois dont tou

L'orgasme, ce n'est pas que dans la tête !

Selection: des maxi robes pour supporter

A lire aussi :

La fille du vendr
créatrice des bij

www.elle.be