

MONT KAILASH



REVUE DE PRESSE 2023

JANVIER

Accueil > Actus > TOP 15 des spas d'hôtels pour se faire chouchouter en hiver

TOP 15 des spas d'hôtels pour se faire chouchouter en hiver

 Imprimer

Par Céline de Almeida

Cette année, c'est décidé, on prend la - très - bonne résolution de se chouchouter... Et quoi de plus relaxant que de s'offrir une pause hors du temps, dans l'atmosphère chic et feutrée d'un établissement haut de gamme ? Piscine, sauna, hammam et soins, découvrez les plus beaux spas d'hôtels et plus si affinité - chics, natures, bohèmes ou design - sélectionnés dans toute la France afin de vous octroyer un moment de détente sur mesure.

Zoom sur le massage traditionnel tibétain au Mont-Kailash

Direction le Tibet, plus précisément le deuxième arrondissement de la capitale, pour découvrir le massage traditionnel tibétain, un soin holistique aux huiles essentielles 100% naturelles basé sur le rééquilibrage du corps, mais également de l'esprit.



Crédit Photo: Dora Agency

Ce centre de bien-être de 500 m², qui tire son nom du centre divin de l'univers bouddhiste et lieu sacré de résidence de la déesse Shiva, est particulièrement chaleureux avec sa décoration traditionnelle, mêlant détails colorés et matériaux bruts, tels que le bois et le béton. En outre, il est doté d'une salle de yoga et de méditation tibétaine orchestrée par maître Gyeshi Tenzin Khidup, pour une immersion totale dans la culture tibétaine.

[Le Mont-Kailash](#)



Crédit Photo: Dora Agency



5 SOINS COCOONING À BOOKER ABSOLUMENT



24.01.2023

SPA DU MONT KAILASH



Le lieu : Caché dans une cour du 2^e, il est un lieu authentique prisé des puristes des massages hautement techniques. Pénétrer dans ce temple dédié aux rituels de l'Himalaya est un voyage en soi. Un long couloir, quelques marches... vous voici dans le saint des saints : un espace feutré baigné de lumière douce avec cabines de massage en enfilade et petit salon décoré de coussins et mandalas où siroter une **infusion médicinale** après la prestation.

Le soin à booker : La pépite de la carte : L'Expérience du **Mont Kalaish**, un protocole de haute voltige réalisé de main de maître par la **masseuse** d'origine tibétaine **Yangla**. Ce rituel inspiré d'une **technique ancestrale d'acupression** sur les **méridiens cartographie** minutieusement le corps alternant étirements, roulements de la peau, pressions avec le pouce ou la paume... Le tout bercé par l'hypnotique **mantra Om mani padme um** diffusé en boucle. Plus qu'un **massage**, une **cure de jouvence** qui soigne tous les maux.

Expérience du Mont Kailash 1h30 - 140 €

Mont Kailash, 16 rue Saint Marc, Paris 2^e. 01 42 36 03 30.

MARS

BIBA
TOP ventes
MARS 2023 #511

Mars 2023

BIBA

Célib à nouveau?
LES APPLIS (ET LES LIEUX) OÙ TROUVER UN MEC

SEXE
Ça, c'est mon point G à moi ! (et il est pas banal)

CHEVEUX
Plus forts, plus beaux (et vraiment mieux coiffés)

Bye l'auto-critique, vive l'auto-flatterie!

Je change de regard sur moi

TOUT POUR DEVENIR LA FILLE À QUI TOUT RÉUSSIT

TEST!
POURQUOI N'ÊTES-VOUS PAS PLUS RICHE ?

MODE
10 tendances que vous allez adorer

MON GOSSE EST ACCRO À PRONOTE

BORDEAUX, NICE, PARIS...
Elles se sont lancées dans la mode sans rien y connaître (et elles cartonnent)

The Lasting Sweater

L 19163 - 511 - F: 2,50 € - RD



bien-être



Problème/solution

Comment choisir un massage fait pour moi

Quoi réserver, où aller et comment ne pas payer trop cher. Par ici les adresses et les astuces bons plans !

Je veux du doux. La solution: le Californien, un massage à l'huile tout doux, aux mouvements fluides et enveloppants, pour une profonde relaxation physique et psychique. **Où ça?** Chez Spatiu (spatiu.com), Mary Cohr (marycohr.com)...

Je suis contractée de partout. La solution: l'Abhyanga, un massage ayurvédique énergisant et profond pour relaxer les tissus musculaires, réguler l'énergie du corps et apaiser l'esprit. **Où ça?** Aux Jardins Suspendus (lesjardins-suspendus.com). **Et aussi:** le Suédois, un massage dynamique aux effets tonifiants et relaxants.

J'ai besoin d'un reset global. La solution: le Tui Na, un massage énergétique chinois pour rééquilibrer le Qi. **Où ça?** À La Maison du Tuina (lamaisonduchina.com), au Lanqi Spa (lanqi-spa.com), chez Paris Palms (parispalms.com). **Et aussi:** un massage tibétain, au Spa Mont Kailash (montkailash-bien-etre.fr).

J'ai de la cellulite. La solution: la madéirothérapie, un massage intense réalisé avec des accessoires en bois pour casser les amas graisseux, drainer, sculpter... **Où ça?** Chez Madera Paris (madera-paris.fr), Lymfea (lymfea.fr). **Et aussi:** le Drainage Lymphatique Brésilien Renata França, sparenatafranca.com

J'ai le ventre ballonné. La solution: le Chi Nei Tsang, un massage du ventre qui se concentre sur les organes internes, pour permettre à l'énergie de mieux circuler. **Où ça?** Au Lanqi Spa (lanqi-spa.com).

Je suis très pudique... La solution: un massage thaï, qui alterne étirements et pressions profondes et se pratique habillé, allongé sur un futon ou matelas. **Où ça?** Chez Ban Thai Spa (banthaisspa.com).

Et aussi: la réflexologie plantaire (massage des pieds) ou le shiatsu (massage qui travaille sur les points d'énergie et se pratique habillé).

J'ai envie d'un coup de jeune! La solution: le Kobido, un massage japonais qui aide à éliminer les toxines, redessiner le visage... **Où ça?** Pour un disciple certifié: kobido.com. Pour un massage qui s'en inspire: Soin Régénérant Prodige des Océans chez Thalgo (thalgo.fr); Massage Signature l'Étoile chez Deep Nature (deepnature.fr).

Le b.a.-ba du spa

Pour choisir son institut. On se fie au bouche-à-oreille, aux avis en ligne, et on va voir le lieu avant d'y faire son son.

Pour un bon massage. Il faut compter de 80 € à 100 € de l'heure. Au-dessus, on paye le cadre, mais on a souvent accès à des installations complémentaires (hammam/sauna...). En dessous, la qualité n'est pas forcément là.

Pour économiser. On achète un forfait ou un abonnement, pour obtenir un tarif préférentiel (par exemple, soin Anti-Stress de 30 min à 19,90 € chez Body Minute si l'on est abonnée, bodyminute.com). On réserve sa prestation sur une plateforme (Beauté Privé, Classpass, Treatwell...) ou auprès de l'école internationale du spa à Paris (40 € les 50 min, ecole-spa-international.com). On sollicite son CSE, qui peut négocier des tarifs pour le bien-être des salariés.

Et on n'hésite pas à se faire offrir un massage comme cadeau groupé d'anniversaire ou autre!

Pour en profiter. On prévoit du temps avant et après le soin. On communique ses envies, besoins ou éventuels petits bobos, pour se faire conseiller le soin le plus adapté. Pendant le soin, on n'hésite pas à formuler tout inconfort ou besoin (pression plus ou moins appuyée...). Quelques effets sont à prévoir (courbatures pour un massage tonique, légers maux de tête pour un soin detox...). On pense à beaucoup boire après.

Pour en profiter. On prévoit du temps avant et après le soin. On communique ses envies, besoins ou éventuels petits bobos, pour se faire conseiller le soin le plus adapté. Pendant le soin, on n'hésite pas à formuler tout inconfort ou besoin (pression plus ou moins appuyée...). Quelques effets sont à prévoir (courbatures pour un massage tonique, légers maux de tête pour un soin detox...). On pense à beaucoup boire après.

MERQ À CAROLINE MAHÉ-LEA, DIRECTRICE DES EXPLOITATIONS THALGO ET DU THALASSO CONCERNEAU SPA MARYN RESORT****. POUR SON EXPERTISE.

Horloge interne

Vivre en synchronisation avec son rythme circadien

(notre horloge biologique interne), c'est ce que promet cette nouvelle montre connectée toute légère (35 g), grâce à ses fonctions avancées de suivi du sommeil, mais aussi de fréquence cardiaque et d'activité physique, qui permettent des conseils ultra-personnalisés.

Polar Ignite 3, 329,90 €, polar.com



LA VBI

AUTOSTOCK/COHEN PRESSE

ON A TESTÉ : LE SOIN TONIQUE HIMALAYA CHEZ SPA MONT KAILASH, POUR DÉTOXIFIER SON CORPS AU PRINTEMPS

Alice Carozan | 17 mars 2023

L'été pointe enfin le bout de son nez ! Les bourgeois vont bientôt écrire, les rayons du soleil vont se frayer un chemin parmi les nuages et ce sera le moment de ressortir nos petites vestes légères.

Mais le printemps, ça a aussi une signification forte : celle du **renouveau**. En effet, cette saison est propice aux nouveaux débuts, aux nouvelles résolutions, et au grand ménage, aussi bien dans votre maison que dans votre tête. C'est également pour certains l'occasion de **régénérer votre corps**, après tous les excès de l'hiver (plats gras, alcool, manque de sommeil, manque d'activité sportive...).

Pour cela, le Spa Mont Kailash, spécialiste de la médecine tibétaine, propose un **soin adapté qui permet d'appuyer sur le bouton 'reset' de son corps**. En bref, tout ce dont on rêve pour commencer la saison du bon pied.



LE SOIN TONIQUE HIMALAYA, L'OCCASION DE PRENDRE SOIN DE SOI

Nous avons testé le **soin Tonique Himalaya**, qui affine les excès, booste le métabolisme et **rééquilibre le corps et l'esprit**. C'est le parfait mélange entre les arts traditionnels tibétains et les **soins signatures du Spa**. Imaginé par Tseten Wangmo, la fondatrice de l'Institut, il procure un sentiment de détente général du début à la fin. On en est ressorties **tout apaisées** !

Les masseurs s'adaptent aux besoins de chacun et travaillent sur plusieurs méridiens afin de stimuler l'ensemble du corps. Tout d'abord, le **méridien du foie et de la rate** : ce sont ceux qui permettent de détoxifier votre corps et de repartir sur de bonnes bases. Ensuite, le **méridien du cœur** permet d'améliorer la respiration et la souplesse de la chair.

Le soin traite le corps **de la tête aux pieds**, il se termine par un soin du visage effectué avec une pierre turquoise pour drainer l'épiderme et **lui redonner de l'éclat**. Vous repartez de l'Institut avec un **kit hebdomadaire**, contenant 7 théas et une huile visage, pour faire perdurer les bienfaits du soin et optimiser votre bien-être au quotidien.

Soin Tonique Himalaya, 45 minutes, 140 euros.

LE SPA ET SES MULTIPLES SOINS

Le Spa Mont Kailash est un lieu où le **bien-être règne**. Avec ses plusieurs salles de massage et son **ambiance zen** sur fond de musiques méditatives, les masseurs sauront répondre à vos besoins.

Que ce soient les massages pour soulager les douleurs, les **soins amincissants**, les **soins pour les futures mamans** ou les soins purifiants, il y en a pour tous les goûts. Venez découvrir les **traditions ancestrales** transmises par Tseten Wangmo, qui a appris la médecine tibétaine grâce à son grand-père, puis lors de différentes formations. Laissez-vous transporter dans un univers qui réveille tous vos sens et **libère votre esprit**.

Les soins sont également disponibles **en forfait**, afin de traiter vos problématiques sur le fond et faire durer votre bien-être.

Enjeux

Les Éclaireuses

yoga |
Le Shala
 la newsletter



Bonjour les Yogis ! 🧘‍♂️

Le printemps, qu'il survienne le 20 ou le 21 mars ou même le 19 mars, nous fait vibrer. (Bon, on vous explique pourquoi : la date du printemps change chaque année car elle correspond à l'équinoxe de printemps. Equinoxe : du latin *aequus* et *nox* qui signifient respectivement "égal" et "nuit". En clair, le moment où la durée du jour = la durée de la nuit. 🌞🌙 CQFD.)

Il est la promesse de journées plus lumineuses, de soirées plus longues, d'un re-commencement... du vivant dans la nature et d'un nouveau cycle pour nous.

Voilà pourquoi, pour cette newsletter de printemps, on vous a concocté une sélection aux petits oignons pour vous inciter à mettre le nez dehors. L'astre solaire revient en force, alors que vous soyez à pied, à cheval ou en bateau, seule, avec vos ami.e.s, avec ou sans kids, nous n'aurons qu'un seul mot : sortez ! 🌞

Belles découvertes et à très vite,

Céline & Méryl



Nettoyage de printemps
 Pour préparer le corps à l'arrivée des beaux jours, on a testé le soin *Norling* au Spa Mont Kailash (Paris) : un massage vivifiant qui élimine les toxines et rétablit la circulation de l'énergie dans le corps. Pour un soin ou une séance de méditation, rendez-vous dans [ce bel espace de bien-être](#) dédié à la médecine tibétaine (🧘‍♂️) et pour les lecteurs de *Yoga magazine*, une belle bougie parfumée vous attend pour tout rendez-vous pris jusqu'au 30 avril 2023 !)

INFLUENCE



doitin_paris

Suivi(e) ▾

Contacter



3730 publications

134 k followers

1117 suivi(e)s

Do It In Paris

Site web d'actualités

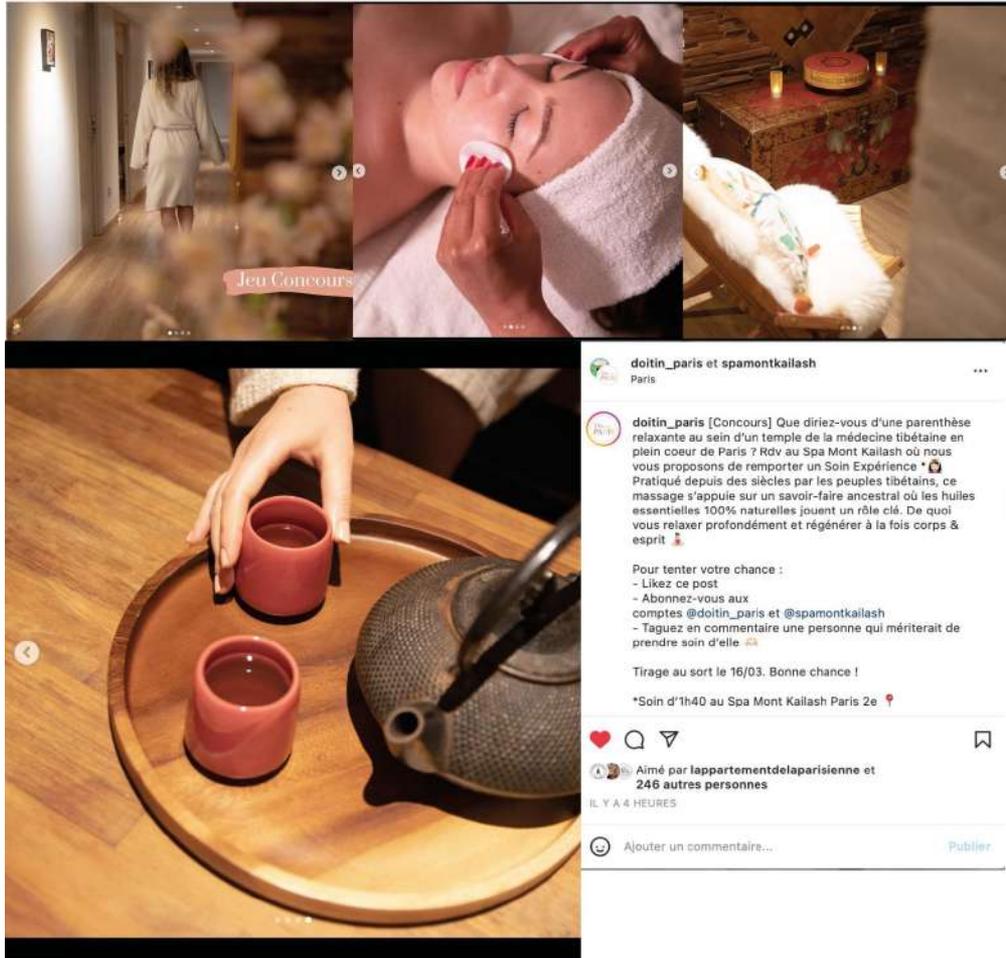
Le média de référence de la Parisienne 🍷

Suivez-nous sur Tiktok : doitinparis

Organisez vos événements à @lappartementdelaparisienne 📍

www.doitinparis.com

Suivi(e) par [maisiecafe](#) et [confitureparisienne](#)



Jeu Concours

doitin_paris et spamontkailash
Paris

doitin_paris [Concours] Que diriez-vous d'une parenthèse relaxante au sein d'un temple de la médecine tibétaine en plein cœur de Paris ? Rdv au Spa Mont Kailash où nous vous proposons de remporter un Soin Expérience 🍷
Pratiqué depuis des siècles par les peuples tibétains, ce massage s'appuie sur un savoir-faire ancestral où les huiles essentielles 100% naturelles jouent un rôle clé. De quoi vous relaxer profondément et régénérer à la fois corps & esprit 🌿

Pour tenter votre chance :

- Likez ce post
- Abonnez-vous aux comptes @doitin_paris et @spamontkailash
- Taguez en commentaire une personne qui mériterait de prendre soin d'elle 🍷

Tirage au sort le 16/03. Bonne chance !

*Soin d'1h40 au Spa Mont Kailash Paris 2e 📍



Aimé par [lappartementdelaparisienne](#) et **246 autres personnes**

IL Y A 4 HEURES

Ajouter un commentaire...

Publier



homemagazineofficiel

Suivi(e) ▾

Contacteur



1155 publications

68 k followers

1046 suivi(e)s

Home Magazine

Le magazine de la maison d'aujourd'hui 🌿

Déco slow et durable

Au plus proche de la nature

linktr.ee/homemagazineofficiel

Suivi(e) par [thevanketels](#), [maisonaime_conceptstore](#), [studiogaia_paris](#) et 125 autres personnes



homemagazineofficiel et spamontkailash



homemagazineofficiel 🏠
CONCOURS 🏠 Home magazine s'associe au Spa Mont Kailash et vous fait gagner un soin Norling d'une valeur de 115€. Ce soin d'origine tibétaine combat la rétention d'eau dans les cellules. Résultat : un corps dégonflé, une cellulite éliminée et une peau régénérée !

Pour tenter votre chance : Suivez les comptes de [@spamontkailash](#) et [@homemagazineofficiel](#) Likez le post et invitez deux ami(e)s à participer. **BONUS** : publier ce post en story en mentionnant les deux comptes !



Aimé par [mardimatin](#) et 167 autres personnes

IL Y A 21 HEURES



Ajouter un commentaire...

[Publier](#)

AVRIL

TOP Santé HORS-SÉRIE

10 OUTILS MALINS POUR ÉVITER DE GRIGNOTER

LES BONNS GESTES (ET LES BONNES CRÈMES !) POUR SUPPRIMER LA CELLULITE

LA PRISE DE POIDS EST-ELLE INÉVITABLE AVEC LES ANNÉES ?

JE VEUX CHANGER DE SILHOUETTE À CHAQUE ÂGE SON PROGRAMME CIBLÉ POUR GAGNER EN EFFICACITÉ

16323 - 40 H - F 4.90 € - RD

www.loperateur.com

100% CONT. ALCOHOL - 100% CONT. SUCRE

APRÈS 50 ANS | MOTIVÉE ET RÉFLÉCHIE

Le TOP DES SOINS en institut

PH. BORNA KO



SPA MONT KAILASH, POUR COMBATTER LES NOUVELLES HABITUDES ALIMENTAIRES ET SPORTIVES, LES INSTITUTS S'AVÈRENT UNE SOLUTION IDÉALE POUR TESTER EN DOUCEUR LES DERNIÈRES INNOVATIONS.

SPA MONT KAILASH, POUR COMBATTER LA RÉTENTION D'EAU
La médecine tibétaine est confidentielle. Elle est pourtant aussi efficace que les médecines chinoise et indienne. Le spa Mont Kailash, à travers le rituel Nothing, propose d'affiner le corps. La culture tibétaine libère la rétention d'eau à un dynamisme de la fibroblastes et des poisons. Objectif ? Faire grandir l'énergie et réduire ainsi le volume dans le corps. Au-delà de l'effet sur la peau, le bien-être mental est total. Venez à l'heure que vous aimez ou un thé après. 135 €.
» montkailash-bien-etre.fr

THALGO, POUR RAFFERMIR LE CORPS
Miel pour redonner la cellulite et obliger les arêtes graisseuses, le soin Anti cellulite et ferme body soigné est redouté.

sur visage. Pendant 45 minutes, la prestation évacue les gènes indigènes. Tout commence par un peeling ultra effleurant, un double effet d'hydratation et d'hydratation du Body Pils, une méthode de palpé-roller très efficace. Au 15 des arêtes, la silhouette s'affine et le corps devient plus tonique ! 75 €.
» thalgo.fr

ANNE CALL, POUR REACTIVER LES CELLULES
Détacher au maximum pour activer les cellules graisseuses. Une méthode brevetée par Anne Call, la créatrice du soin GAD (Gélée Active Détoxifiante). Cette méthode agit de formation en a la fibre en Massage ou elle vient à l'épiderme. Elle observe les résultats sur place et se rapproche d'un médecin en France en 2013, qui lui conseille de réaliser une étude clinique. Les réponses sont éloquentes : les participants affaiblis sont passés, en moyenne, à un de trois de poids et 7 cm de tour de taille après 15 séances de 30 minutes. Et sans

souffrir ! Le fait de sentir les arêtes sous pression et de sentir se réorganiser les cellules, les rend plus actives, agit sur le détachage du gras et relance les cellules grasses. La peau devient plus tonique et plus ferme, surtout chez les femmes ménopausées qui souffrent de problèmes hormonaux et d'œdèmes. De 45 à 60 minutes, à partir de 135 €.
» annecall.com

ESTHÉCLINIC, POUR LUTTER CONTRE LE RELACHEMENT
Chez EsthéClinic, tout est une affaire de famille... et de technologies. Marion, la fondatrice des instituts, travaille étroitement avec ses péris, médecins et biologistes de confiance. Les soins commencent effectivement avec des analyses sanguines, individuelles et efficaces pour raffermir la peau. Le principe ? La chaleur d'une huile de massage. Vient ensuite la pose de ventouses ou rituels de massage sur les zones cibles (autour du ventre des femmes). Les mouvements des ventouses soulèvent la circulation, en sortent les poisons et les parties du corps qui

et 30 minutes sur le ventre stimulent par un massage rapide de la zone à traiter avant l'application de glycérol pour faciliter le contact entre l'outil et la peau. Au bout de 15 minutes, la main rouge sera l'effet du palper-roller technique. S'ensuivent 15 minutes de relaxation pour stimuler le collagène et l'élasticité. À partir de 120 €.
» estheclinic.fr

SPA CINQ MONDES, POUR ÉLIMINER LES TOXINES
Le soin Massage biochimique pour Détox, durée 50 minutes et combine les gestes du Rituel de Boulangère et du Rituel de Ballet. Après un rapide questionnaire sur vos antécédents, le soin commence par un massage de 20 minutes avec une préparation à base de fruits de peu chiche et d'huile de carthame ou de ses sœurs du corps, au choix. Périmage, friction et percussion sont utilisés. L'effet détoxifiant et rafraîchissant intervient grâce aux 25 minutes d'entraînement qui suivent. Les mouvements continuent à engager et à chauffer les tissus pour faciliter l'élimination des toxines. Un étirement léger se termine alors. La séance se conclut par une douche et une hydratation avec une crème hydratante à base de miel. 124 €.
» cinqmondes.com

LA MAISON DU TUI NA, POUR RÉDUIRE LA CELLULITE
Réguler les gènes pour une meilleure libération des énergies. Les adeptes de la médecine traditionnelle chinoise se concentrent sur les effets positifs de son pression. La Maison du Tui Na adapte son geste ancestral aux problématiques occidentales. Pour lutter contre les arêtes graisseuses et la cellulite, le spa propose à la carte le soin 75 Séans. Ce massage de 25 minutes commence par le feu avec l'application d'une huile de massage. Vient ensuite la pose de ventouses ou rituels de massage sur les zones cibles (autour du ventre des femmes). Les mouvements des ventouses soulèvent la circulation, en sortent les poisons et les parties du corps qui

collaborent. Une fois sur le dos, la pression est faite des mouvements circulaires sur le ventre avant de passer à nouveau les ventouses. Elle poursuit les gestes sur les coudes. Les bénéfices sont évidents. Un massage, ou soit peut mesurer certains critères sensibles, mais être bénéfiques. 105 €.
» lamaisonduchina.com

ALGOTHERM, POUR AFFINER LE CORPS
Le soin signature de la maison, Body Origin 50 minutes (80 minutes), se divise de manière manuelle après un diagnostic cutané. Tout commence par une exfoliation avec des gommages doux et d'autres plus techniques acrobates. Le soin du rituel s'effectue en deux temps : une préparation grâce à un massage local et des techniques manuelles stimulantes auxquelles s'ajoutent des ventouses minuscules en silicone et un enveloppement choisi par le thérapeute, soit sous forme de gel pour stimuler les cellules mortes, soit dissoudre aux algues marines (poudre d'algues et de chitosan humectant avec l'eau de mer) pour travailler la cellulite plus dure. Ensuite, le massage repose 10 minutes et le soin final par l'application de crème pour faire perdurer le protocole. 135 €.
» algotherm.com

SOTHYS, POUR REDRESSER LA SILHOUETTE
Tous les soins, et tous signature Sothys, ont été développés et testés en France. C'est une durée de 50 minutes, il se compose d'un gommage spécifique à l'efficacité, formant un massage avec un accélération particulière de l'assouplissement du gommage, qui comporte des phases de palpé-roller et de gestes manuels. Selon des études cliniques, ce soin minimise cellulite par une pose de ventouses 2 cm sur une zone de 6 cm. Il est associé à un moment de relaxation grâce à des mouvements sur les trapèzes. La pression est faite des bulles essentielles, son contact partant pour favoriser le drainage des graisses et apporter plus de vitalité à la peau. 72 €.
» sothys.fr

ACTU



SPA MONT KAILASH

Par Stylist.fr, le mardi 18 avril 2023

SPA MONT KAILASH



TENTEZ DE GAGNER

2 x 1 massage "Norling" pour le corps au Spa Mont Kailash

Le Mont Kailash est un spa connu et reconnu pour ses massages tibétains uniques, et ses espaces de détente qui vous feront voyager hors de la capitale parisienne.

À travers ses soins, ses massages, et ses rituels, le Mont Kailash vous fait voyager au sein de ses 500m² dédiés à une expérience sensorielle inédite au cœur de Paris. Dans une atmosphère précieuse et élégante, située en plein cœur de la Bourse afin de satisfaire au mieux votre quête du bien-être, et une relaxation optimale.

Ce rituel se décompose en 2 soins, amincissant et régénérant. Résultat ? Un corps dégonflé, une cellulite éliminée et une peau régénérée !

Suivez vite le compte [@spamontkailash](#) sur Instagram pour découvrir ce lieu incroyable !

MONT KAILASH : 16 Rue Saint Marc, 75002 Paris | 01 42 36 03 30 | montkailash-bien-etre.fr/

Valorisation : 150€ le soin "Norling"



cosmopolitan_fr

Suivre

Contacter



6 309 publications

258 k followers

705 suivi(e)s

Cosmopolitan France

Retrouvez nos derniers articles ✨

empli.fi/cosmopolitanfr

Suivi(e) par [bocage_officiel](#), [manonlaime](#), [apaches_collections](#) et 75 autres personnes



CONCOURS



cosmopolitan_fr

Suivre



cosmopolitan_fr Offrez-vous une parenthèse de détente au Spa Mont Kailash situé à Paris... Pour tenter de remporter 2x1 soin "Art traditionnel du Tibet", idéal pour retrouver votre énergie, c'est tout simple :

#1 likez ce post

#2 abonnez-vous à @cosmopolitan_fr et @spamontkailash.

#3 invitez 2 amies en commentaire qui pourraient vouloir participer

Attention : le transport vers le lieu du soin n'est pas pris en charge
Tirage au sort le 28/04

1 sem



clara.chaufoureau Merci beaucoup pour ce concours !!!!
👍👍 ie participe à fond 🌞



518 J'aime

AVRIL 21



Ajouter un commentaire...

Publier

INFLUENCE

lesconfettis_

Suivi(e) ▾

Contacter



2 286 publications

26 k followers

1 300 suivi(e)s

Les Confettis par Perrine

Distributeur de livres et magazines

🌟 Modes de vie hauts en couleur

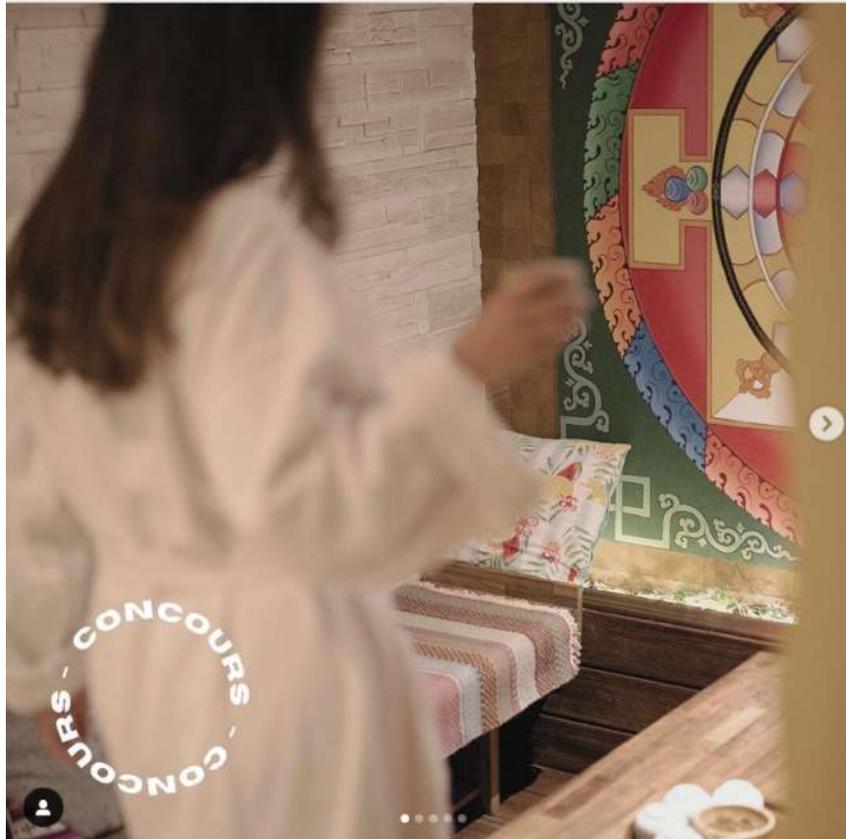
📖 Édition jeunesse : @lesminiconfettis

🗨️ Agence : @agencelesconfettis

Journal / boutique / abonnement / newsletter 📧

linktr.ee/lesconfettis_

Suivi(e) par wildyogabyaudrey, thevanketels, maisonaime_conceptstore et 128 autres personnes



lesconfettis_ et
spamontkailash



Rue Saint Marc - Paris 2ème Arr.



lesconfettis_ #CONCOURS 🎁

A l'occasion de l'arrivée des beaux jours, on vous propose de faire peau neuve dans un lieu qui invite à la déconnexion 🌿

Profitez d'un massage traditionnel tibétain de 70 min d'une valeur de 127€ dans un spa caché dans l'animation du 2ème arrondissement de Paris.

Pratiqué dans les familles tibétaines, ce soin est transmis de génération en génération. Il est basé sur une technique d'acupression qui stimule tous les méridiens des organes et les aide à



Aimé par sassyfanny et 188 autres personnes

IL Y A 3 JOURS



Ajouter un commentaire...

[Publier](#)

INFLUENCE



clemencefloch

Suivi(e) ▾

Contacter



794 publications

1171 followers

848 suivi(e)s

Clemence Floc'h

*Journaliste freelance presse féminine

*Créatrice des boucles d'oreilles @dimanchematinbijoux

*Ateliers DIY @danceandtricot

www.dimanchematinbijoux.com

Suivi(e) par [muriel.azarian](#), [holistik_rp](#), [eclobeauty](#) et 23 autres personnes



MAI

[View this email in your browser](#)



« Essaie d'être un arc-en-ciel
dans le nuage d'autrui. »

MAMA ANGELOU



FÊTE DES MÈRES

Immatériel

Plutôt que d'ajouter un objet sur les étagères déjà bien remplies de votre maman, si vous lui exprimez votre amour à travers le partage d'émotions ou d'une expérience ? Voici quelques idées pour le 4 juin prochain...

Un **poème** écrit par vos soins (oui oui, comme quand vous étiez à l'école), ou une lettre de remerciement pour une belle chose que votre maman a faite pour vous.



Un **bouquet de fleurs** glanés lors de votre promenade, ou mieux encore, une balade avec vous dans un bel endroit.

Une **séance de yoga doux** dans un studio de son quartier ou une pratique en ligne, à faire ensemble à la maison avec [Oly.be](#).

Une **séance de gong** et diapasons avec la joyeuse [Marion Sebih](#).

Un incroyable **soin du visage tibétain** *Beauté de l'Himalaya* au spa [Mont Kailash](#).

À compléter avec vos idées...

INFLUENCE



thenewwell_magazine

Suivi(e) ▾

Contacter



747 publications

30 k followers

1523 suivi(e)s

THE NEW WELL par TIFFANY BUATHIER

Magazine

Founder @tiffanybuathier

Agency @thenewwell_agency | Conciergerie| Event

~ Sharing, Creating & Curating The Futur of BEAUTY,WELLNESS,FOOD & TRAVEL ~

Suivi(e) par eclobeauty, eclore.maternite, stones.club et 77 autres personnes



thenewwell_magazine • Suivi(e)
ne



Spa Mont Kailash / Massage tibétai...



thenewwell_magazine [ONA
TESTÉ] @spamontkailash Paris |
02 On a déniché pour vous une
pépite avec de vrais soins
Holistiques & ancestraux Tibétains
! Salles de soin & salle de
méditation/yoga, on entre dans un
vrai temple du bien-être dès la
porte d'entrée pour retrouver son
énergie vitale 🙏

On a testé le soin HOR Me pratique
thérapeutique traditionnelle basée
sur la moxibustion, une technique
de stimulation de points
d'acupuncture par la chaleur. De
petits sachets contenant un
mélange de poudre de plantes,
sont immergés dans une huile



Aimé par tiffanybuathier et autres
personnes

IL Y A 5 JOURS



Ajouter un commentaire...

Pублиer

JUIN

ralentir | être bien | s'évader | partager | déguster

simple things

juin-juillet

Savourer l'été
Pique-nique estival

Luxe, calme et farniente
Douceur de vivre méditerranéenne

Initiation à la teinture sauvage

DÉCONNECTER

Adresses bien-être pour lâcher prise • Dubrovnik, balade dans la "perle de l'Adriatique" • Baignades en eaux limpides • Tout savoir sur le réensauvagement • Prendre du temps pour soi

TROIS HAMACS

OVER THE MOON
Pour un repos aérien
Ce hamac allie petitesse dans le sac à dos et robustesse une fois dans les airs.
The Lightest. Ticket to the Moon.
fr.tickettothemoon.com

VIE D'EXTÉRIEUR
En toile de parachute
Spacieux et coloré, ce hamac nous parachute dans un instant de détente avant de repartir à l'aventure.
Hamac de voyage Bee Lazy hamac.fr

BLEU DES CIEUX
Dormir dans les nuages
Flotter dans les airs n'a jamais été aussi vrai grâce à sa légèreté allée à un bleu ciel.
Hamac de voyage ultraléger bleu.
natureetdecouvertes.com

COMMENT...

LES LEÇONS DES... MAUVAISES HERBES

COMMENT FAIRE DURER MES FLEURS COUPÉES PLUS LONGTEMPS ?
Tout d'abord en les conservant dans de l'eau fraîche et propre : changez-la tous les deux jours. Cela signifie également qu'aucun pétale ou feuille ne doit se trouver sous la ligne d'eau, mais il n'est pas nécessaire de la remplir jusqu'en haut. Une hauteur d'environ 15 cm est suffisante.
Couper (et recouper régulièrement) la tige en diagonale. Éloignez la plante du soleil et de la chaleur. Arrachez les fleurs dès qu'elles commencent à tourner : de même, éloignez-les des coupes de fruits, car l'éthylène qu'ils dégagent réduit la durée de vie en vase des fleurs coupées. Enfin, créez votre propre

nourriture pour fleurs en combinant du sucre (pour l'alimentation) avec du vinaigre distillé ou du jus de citron (ils bénéficient d'une eau légèrement acide) et ajoutez-les à l'eau pour tirer le meilleur parti de vos fleurs, le plus longtemps possible.

LE COMBAT D'UNE GÉNÉRATION CHEMIN PERSONNEL ET COLLECTIF

La route vers un monde plus durable est un chemin que l'on commence en soi et qui s'étend aux autres. Dans la série documentaire Pourquoi on se bat sur TV5 Monde, Camille part avec ses amis à la découverte des enjeux à surmonter pour parvenir au monde de demain. La campagne d'impact propose aux téléspectateurs de s'engager dans les causes des différents épisodes.
PourquoiOnSeBat.pourquoionsebat.com

FORMULES D'AILLEURS
Bolles plantes, belle peau

Le spa Mont Kailash, fondé par Tseten Wangmo à la suite d'études de médecine tibétaine à Lhaasa, propose une gamme de cosmétiques alliant traditions tibétaines et expertise des plantes médicinales. Les crèmes ciblent différents types de peau.
Mont Kailash, montkailash-bien-etre.fr/

HUILES ESSENTIELLES AROMATHÉRAPIE

La marque Ofa Karri a imaginé des formules naturelles à base d'huiles essentielles pour accompagner le quotidien et convertir à l'aromathérapie. Des désinfectants pour mains aux odeurs thérapeutiques au remède pour soulager les douleurs de règles et dérèglements hormonaux en passant par l'huile de massage pour les tensions musculaires, la gamme variée répond aux besoins du quotidien.
Ofa Karri, ofakarri.com

TOP SANTE HORS-SERIE N°47
TOUT SUR LES MEDICINES DU MONDE
WWW.TOPSANTE.COM

TOP Santé

HORS-SERIE

30
RACINES,
ÉPICES ET
PLANTES
BONNES POUR
LA SANTÉ !

AYURVÉDA
L'ART DE
DÉTOXIFIER
SON CORPS ET
SON ESPRIT

SE LIBÉRER
DES TENSIONS
GRÂCE AUX
MASSAGES

UNIVERSELLES, EFFICACES, DOUCES ET NATURELLES

Ces médecines DU MONDE QUI NOUS GUÉRISSENT

+
CAHIER DE
8 EXERCICES
PRATIQUES
POUR GAGNER
EN ÉNERGIE

DANS L'ASSIETTE
VIVE LES SUPER
POUVOIRS
DES ALIMENTS !

L 16323 - 47 H - F 4,90 € - RD



BEL:5,30€ - ESP:5,30€ - FR:5,30€ - PORT CONT:5,30€ - DE:5,30€ - IT:5,30€ - NL:5,30€ - PL:5,30€ - PT:5,30€ - UK:5,30€ - RU:5,30€ - CH:8,70€ - TW:10,00€

NEWS

Quoi de neuf...

UNE CURE AYURVÉDIQUE EN NORMANDIE



On file au centre Tapovan de Normandie pour six jours de cure bien-être Ojaskar. Au programme : des soins selon les principes indiens de l'ayurvéda. D'abord, les praticiens vont travailler et nettoyer chaque partie du corps suivant le principe des quatre parkings où se logent en priorité les tensions. Ensuite, ils aborderont les grands massages englobants de l'ayurvéda qui rétablissent la circulation des énergies dans le corps. On aime particulièrement le pichauli, un massage à l'huile chaude, ou encore celui aux pochons de riz au lait. Les repas ayurvédiques végétariens et indiens sont confectionnés avec des produits en grande partie bio et avec des légumes cultivés sur place. Une semaine de renaissance ! À partir de 1 865 € la cure de six jours en juillet, repas et hébergement compris.

> Tapovan Normandie. 65, route d'Arneville, Sassetot-le-Mauconduit (76). Tél. : 02 35 29 20 21. tapovan.com

EXPO
ARTY APAISANTE

Pour la première fois en France, une exposition - Médecines d'Asie, l'art de l'équilibre - est consacrée aux trois grandes traditions médicales asiatiques : indienne, chinoise et tibétaine.

Grâce à une scénographie incroyable, on est transporté dans un univers où se côtoient pratiques médicinales millénaires et œuvres d'art exceptionnelles évoquant la méditation et le chamanisme, l'équilibre des énergies et la pharmacopée, le massage et l'acupuncture, l'astrologie et l'exorcisme. On n'hésite pas à faire une pause dans la salle dédiée au repos et à l'introspection spirituelle pour se livrer à un exercice de méditation face aux œuvres empreintes d'une grande sérénité. Arty zen !

> Jusqu'au 18 septembre. Musée Guimet, 6, place d'Iéna, Paris (16^e). guimet.fr

RENAISSANCE
DES CHAMPS
DE THÉ VERT À UJI

Et si le thé vert indigène datant d'il y a 800 ans n'avait pas complètement disparu d'Uji (Kyoto) ? C'est en tout cas la belle découverte que semble avoir faite Matsubayashi Toshiyuki, dirigeant d'Asahiyaki, le seul atelier de céramique d'Uji, en marchant aux abords du temple Kōshō-ji. Des études sont en cours mais s'il s'avère qu'il s'agit bien d'un buisson de thé ancestral, des résidents locaux ambitionnent de faire revivre Asahi-en, l'une des sept plantations d'Uji. À suivre !

PAR CHLOÉ PANIER



DU MATCHA À CUISINER

On craque pour le thé vert matcha de Terre Exotique pour twister nos petits plats maison à la mode japonaise ! Récoltées à Kyoto (Japon), les feuilles de thé sont d'abord passées quelques secondes à la cuisson vapeur pour empêcher l'oxydation et conserver la belle couleur verte. Ensuite, on sépare le cœur de la feuille des nervures afin de ne garder que la partie tendre appelée « tencha ». Une fois ces tenchas finement moulus à l'aide de deux meules en pierre, on obtient la fameuse poudre verte. Selon les recettes, une à quatre cuillères à café suffisent à parfumer un gâteau au yaourt, une panna cotta, ou un moelleux au chocolat. On adore aussi ce matcha thé vert dans une soupe, sur des crevettes ou un poisson. 13,05 € les 40 g.

> terreexotique.fr



DES SOINS VISAGE TIBÉTAINS

Ayant grandi au Tibet, Tseten Wangmo, la fondatrice du spa Mont Kailash, décline désormais la médecine tibétaine dans une gamme de quatre produits naturels pour le visage : le Soin Équilibre (59,50 € les 50 ml), le Sérums Sérénité (76,80 € les 50 ml), la Crème Santé (58,50 € les 50 ml) et la Crème Éternelle (68,90 € les 50 ml). Notre crush ? Le sérum à base d'eau florale d'hamamélis bio, d'hydrolat de lavande bio ou encore d'huile de rhododendron. Idéal pour booster le teint et raffermir l'épiderme.

> montkailash-bien-etre.fr



TOP SANTE 8 HORS-SERIE

WWW.TOPSANTE.COM



RECHERCHE DE BIEN-ÊTRE PRINCIPES TIBÉTAINS

LA BIEN-ÊTRE TIBÉTAINE
 Telle est la philosophie tibétaine de la santé. Elle est basée sur l'équilibre entre le corps, le mental et le spirituel. Elle est fondée sur la connaissance de soi-même et de son environnement. Elle est une médecine holistique qui prend en compte l'ensemble de la personne.

LES MÉDICAMENTS TIBÉTAINS
 Les médicaments tibétains sont préparés à partir de plantes, d'animaux et de minéraux. Ils sont souvent très puissants et peuvent avoir des effets secondaires. Il est important de les utiliser avec précaution et sous la supervision d'un praticien expérimenté.

LA PRATIQUE TIBÉTAINE
 La pratique tibétaine comprend la méditation, le yoga, le Tai Chi, le Qi Gong, le Reiki, le massage tibétain, le chant des mantras, le rituel des offrandes, le rituel de la purification, le rituel de la protection, le rituel de la prospérité, le rituel de la longévité, le rituel de la sagesse, le rituel de la compassion, le rituel de la joie, le rituel de la paix, le rituel de l'amour, le rituel de la confiance, le rituel de la gratitude, le rituel de la générosité, le rituel de la modération, le rituel de la simplicité, le rituel de la pureté, le rituel de la clarté, le rituel de la sérénité, le rituel de la joie, le rituel de la paix, le rituel de l'amour, le rituel de la confiance, le rituel de la gratitude, le rituel de la générosité, le rituel de la modération, le rituel de la simplicité, le rituel de la pureté, le rituel de la clarté, le rituel de la sérénité.

LA MÉDECINE TIBÉTAINE APPRÉHENDÉE DE LA PRÉVENTION, ELLE CHANGE QU'IL LE CORPS ET MENTAL.

RECHERCHE DE BIEN-ÊTRE PRINCIPES TIBÉTAINS

RECHERCHE DE BIEN-ÊTRE PRINCIPES TIBÉTAINS

LES MÉDICAMENTS TIBÉTAINS
 Les médicaments tibétains sont préparés à partir de plantes, d'animaux et de minéraux. Ils sont souvent très puissants et peuvent avoir des effets secondaires. Il est important de les utiliser avec précaution et sous la supervision d'un praticien expérimenté.

LA PRATIQUE TIBÉTAINE
 La pratique tibétaine comprend la méditation, le yoga, le Tai Chi, le Qi Gong, le Reiki, le massage tibétain, le chant des mantras, le rituel des offrandes, le rituel de la purification, le rituel de la protection, le rituel de la prospérité, le rituel de la longévité, le rituel de la sagesse, le rituel de la compassion, le rituel de la joie, le rituel de la paix, le rituel de l'amour, le rituel de la confiance, le rituel de la gratitude, le rituel de la générosité, le rituel de la modération, le rituel de la simplicité, le rituel de la pureté, le rituel de la clarté, le rituel de la sérénité.

LE DOUBLE JEU DES SAVIENS
 Les sages tibétains ont développé une médecine qui combine la science et la spiritualité. Ils ont découvert que le corps et le mental sont liés et qu'ils influencent mutuellement. Ils ont donc développé des pratiques qui visent à équilibrer les deux.

LES MÉDICAMENTS TIBÉTAINS
 Les médicaments tibétains sont préparés à partir de plantes, d'animaux et de minéraux. Ils sont souvent très puissants et peuvent avoir des effets secondaires. Il est important de les utiliser avec précaution et sous la supervision d'un praticien expérimenté.

LA PRATIQUE TIBÉTAINE
 La pratique tibétaine comprend la méditation, le yoga, le Tai Chi, le Qi Gong, le Reiki, le massage tibétain, le chant des mantras, le rituel des offrandes, le rituel de la purification, le rituel de la protection, le rituel de la prospérité, le rituel de la longévité, le rituel de la sagesse, le rituel de la compassion, le rituel de la joie, le rituel de la paix, le rituel de l'amour, le rituel de la confiance, le rituel de la gratitude, le rituel de la générosité, le rituel de la modération, le rituel de la simplicité, le rituel de la pureté, le rituel de la clarté, le rituel de la sérénité.

LE DOUBLE JEU DES TROIS BIEN-ÊTRES
 Les sages tibétains ont découvert que le corps, le mental et le spirituel sont liés et qu'ils influencent mutuellement. Ils ont donc développé des pratiques qui visent à équilibrer les trois.

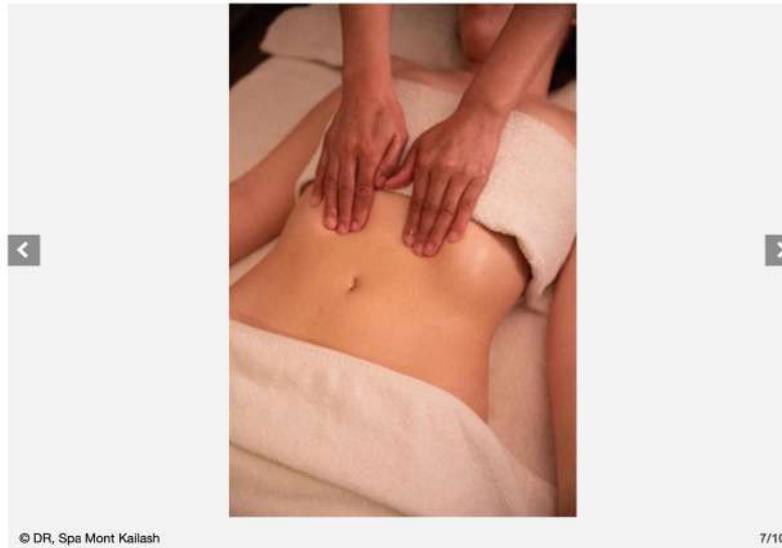
RECHERCHE DE BIEN-ÊTRE PRINCIPES TIBÉTAINS

Tendances

Rechercher dans Tendances 🔍

À la une **Santé et Bien-être** Art de vivre Cuisine People Écologie et Environnement Mode Beauté Argent Vie digitale

Santé **Forme** Psycho Amour et sexualité Vidéos

10 adresses où pratiquer un soin minceur d'exception Info ▼**Au spa Mont Kailash, à Paris**

Spécialiste de la médecine tibétaine, le spa Mont Kailash à Paris prodigue un soin authentique qui s'attaque de plein fouet à la rétention d'eau via un massage sur le méridien des reins et des poumons. Le but ? Rétablir l'énergie dans ces deux zones et aider le corps à dégonfler en éliminant les toxines accumulées au fil du temps. Une expérience qui, en prime, fait voyager sans quitter la capitale. *Spa Mont Kailash - 16 rue Saint Marc - 75002 Paris - Soin minceur Norling : 115€ la séance (6 séances recommandées).*

Justine Fiordelli, Webedia

🔗 Partager

JUILLET



le_bonbon

Suivre

Contacter



7856 publications

273 k followers

116 suivi(e)s

Le Bonbon

Précurseur de tendances

@le_bonbon_nuit

@le_bonbon_travel

@le_bonbon_green

linkin.bio/le_bonbon

Suivi(e) par [kenzachoukroun](#), [artanerparis](#), [lesgensdanslemetro_](#) et 10 autres personnes



le_bonbon · Suivre



le_bonbon Vous méritez une pause détente avant les vacances, alors laissez-nous vous faire plaisir avec le spa tibétain @spamontkailash !

On vous offre 1 soin signature, c'est-à-dire un massage complet, personnalisé aux maux de chacun, pour que corps et esprit se relâchent et que vous ayez un regain d'énergie juste avant de profiter de vos vacances. Pour participer, rien de plus simple :

- Like la publication
- Tag un.e pote en commentaires
- Follow @le_bonbon et @spamontkailash

Tirage au sort prochainement, bonne chance à tous et toutes 🍀



530 J'aime

JUILLET 8



Ajouter un commentaire...

Publier

AOÛT

SEPTEMBRE TOP ventes

BIBA

AOÛT 2023 #516

AOÛT 2023

BIBA

MODE
LES NOUVEAUX CODES DU SEXY

DÉCONNEXION
Mode d'emploi pour vraiment décrocher

ChatGPT
est entré dans ma vie (j'avoue, je suis accro)

MAIS QU'EST-CE QU'IL ME VEUT CELUI-LÀ?
Quand on n'a plus l'habitude de se faire draguer...

QUOI DE NEUF RENTRÉE?
Tendances, beauté, culture...
Tout ce qu'on va adorer!

Les bons gestes make-up, cheveux, peau, sous 40°C

SPECIAL

LOVE STORIES

8 HISTOIRES D'AMOUR COMPLÈTEMENT CRAQUANTES (VÉCUES APRÈS 35 ANS!)

MICRO-TROTTOIR
«T'as honte de ta mère ou quoi?»

L. 19163 - 516 - F. 2,50 € - RD




ON A TESTÉ

7 massages du ventre

... pour soulager les douleurs, se relaxer en profondeur et retrouver sa bonne humeur. Car 95 % de la sérotonine de notre corps serait produite par notre ventre!

L'Udarabhyanga, chez Cinq Mondes

C'est quoi? Un massage tonique et profond inspiré de l'ayurveda pour détendre profondément les muscles et libérer les toxines. **Son plus?** Les exercices de respiration abdominale profonde et l'enveloppement du ventre à base de farine de pois chiche, de kaolin et de gingembre. À partir de 90€, cinqmondes.com

Le Détox Tui Na, à la Maison du Tui Na

C'est quoi? Un soin drainant (et tonique!) pour relâcher les tensions corporelles et stimuler les méridiens jouant un rôle dans la digestion (estomac, gros intestin, vésicule biliaire, foie, rate et intestin grêle). **Son plus?** Efficace contre les ballonnements, ce massage agit aussi sur la rétention d'eau et les jambes lourdes. À partir de 85€ les 55 min, lamaisonduquina.com

L'Émotion, chez Deep Nature

C'est quoi? Un modelage à la bougie qu'on débute en position assise (respiration abdominale profonde), puis couchée sur le côté (pour un travail de toute la zone lombaire) avant de se poursuivre allongée sur le dos (massage du ventre puis du haut du corps). **Son plus?** Ses manœuvres profondes, inspirées du drainage, qui travaillent tous les organes du ventre. À partir de 50€, durée de 20, 45, 60 ou 75 min, deepnature.fr

Le Lungsang, au Spa Mont Kailash

C'est quoi? Un massage-soin qui travaille sur les méridiens, les points d'acupuncture et les canaux d'énergie. La praticienne commence sur les nœuds du dos et de la nuque avec des pochoirs chauds contenant noix de muscade, fenouil, gingembre et farine d'orge car, selon la médecine tibétaine, ce sont ces tensions qui se répercutent sur le ventre et les ballonnements. Une fois le « rééquilibrage » fait, on passe sur le dos pour le massage du ventre et des bras. **Son plus?** On en ressort allégée, apaisée. 130€ les 70 min, montkailash-bien-etre.fr

Le Focus Ventre et Taille LPG

C'est quoi? Un soin d'endermologie (Cellu M6 Alliance®) qui agit sur les amas graisseux de la ceinture abdominale, mais aussi sur le relâchement cutané (après une grossesse, un régime yo-yo, une perte de poids rapide, etc.) et même le transit. **Son plus?** Le diagnostic permet de régler au mieux la machine pour stimuler au maximum les cellules sans les traumatiser. Indolore donc, et même relaxant! À partir de 60€ les 30 min, liste des centres sur endermologie.com

Le sur-mesure, d'Algothèrm

C'est quoi? Un soin totalement personnalisé en fonction des zones que l'on souhaite travailler (ventre, mais aussi jambes, dos, etc.), de nos attentes (drainage? détente? etc.), du temps dont l'on dispose, de la pression souhaitée. **Son plus?** Du vrai sur-mesure! À partir de 85€ les 25 min, Au Dermo Ocean Spa Algothèrm, à Lyon, algothèrm.com

Le Chi Nei Tsang, au Lanqi Spa

C'est quoi? Un massage énergétique qui se concentre sur les organes internes, pour libérer les émotions bloquées et permettre à l'énergie de mieux circuler. **Son plus?** Les bras, cuisses, jambes et pieds sont aussi travaillés. 90€ les 60 min, liste des centres sur lanqi-spa.com

LA VBI

Masque 2 en 1
Pour débarrasser son mental en même temps que les traits du visage, on pose ce masque hydratant et repulpant durant 30 minutes, tout en écoutant le coaching de sophrologie associé. Radical!
Sophro-masque Beauté Calme, 80€ le masque + 1 recharge, ressourceccm.com

OCTOBRE

INFLUENCE



camilleyolaine

Suivre

Contact



447 publications

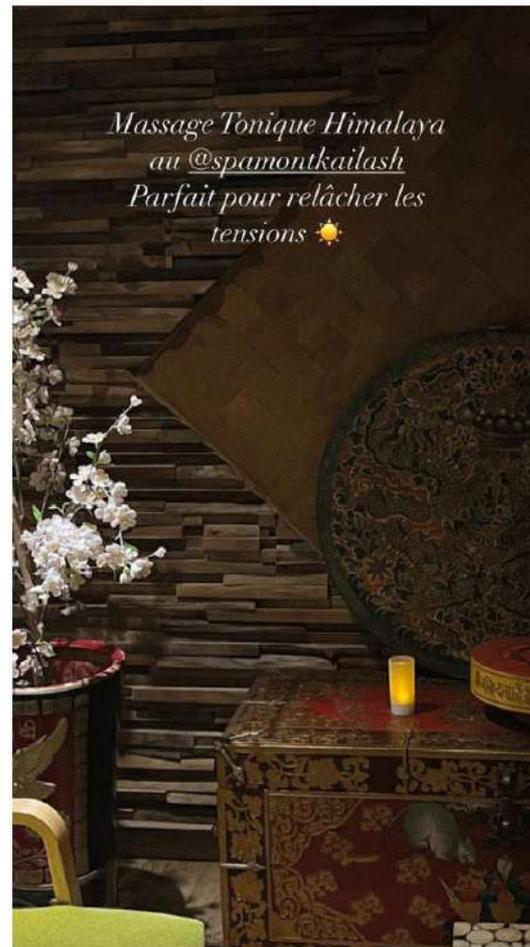
490 k followers

2 243 suivi(e)s

Camille

Agent d'image @isabruhier
Agent artistique David Vatinet
Fondatrice @yolaineparis
yolaine-paris.com

Suivi(e) par asapcommunication, universpresse, dodobaror et 27 autres personnes



INFLUENCE



chloelecareux

Suivre

Contacter



1884 publications

364 k followers

996 suivi(e)s

Chloe Lecareux

Artiste

Select paris

Suivi(e) par [williamleguen](#), [esoparis](#), [anouk.hamel](#) et 29 autres personnes



INFLUENCE



alexandraguerain

Suivre

Contact



1417 publications

289 k followers

878 suivi(e)s

founder of @ohakids
owner of @notsosimplehouse_
link.snipfeed.co/alexcloset

Suivi(e) par deleted38383828399229, louisgabrielnouchi, asapcommunication et 40 autres personnes



[@spamontkailash](#) ❤️👤



rentrée en douceur avec un massage tibétain [@spamontkailash](#)

c'est la 3/4 eme fois que j'y vais et ça est toujours aussi bien ❤️

INFLUENCE

wiwoos

Suivre

Contacter

✉ ...

2358 publications

121 k followers

279 suivi(e)s



Camille Witt

Artiste

Je dessine, c'est mon métier 🎨: @camillewitt_illustration

Je tricote, c'est ma passion 🧶

Paris

Leo 🇫🇷

•freelance•

Contact : contact@wiwoos.com

🌐 www.camillewitt.com



INFLUENCE



mariegilliot

Suivre

Contact



3 720 publications

102 k followers

1 131 suivi(e)s

Marie Gilliot

Paris

Mom of 2

Founder of IntoYourCloset.com

Suivi(e) par [asapcommunication](#), [universpresse](#), [sophienaud](#) et 24 autres personnes



INFLUENCE



dianekari



Suivre

Contact



730 publications

86 k followers

1178 suivi(e)s

Diane Kari

Entrepreneuriat

Paris

Founder @fripouillevintage

@didipancakes

Suivi(e) par marieamelietondu, universpresse, minasndrm et 37 autres personnes



NOVEMBRE

VOTRE BEAUTÉ

VOTRE BEAUTÉ

TOP FÊTES
MAQUILLAGE
 Un coup d'éclat permanent

MANUCURE MAISON
 en 10 étapes

COIFFURE
 Les tendances cet hiver

BELLE PEAU
 LA MODE DU HOLLYWOOD
 PEEL

10
ASTUCES
 pour briller à Noël

VENTRE PLAT
 sans chirurgie

COSMÉTO
 Des actifs essentiels

Belle à tout âge !

Rayon de lumière

BOTOX, ACIDE HYALURONIQUE
 C'est magique !

CHEVEUX
 Boucler et lisser sans les abîmer

L. 33641 - TEL. F. 0.80 € HT




FaceKult

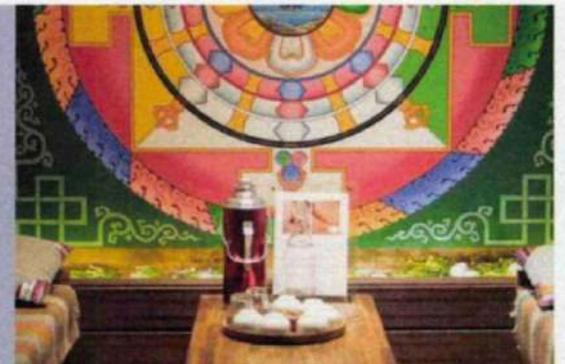
Oubliez les cabines individuelles, c'est dans des fauteuils que FaceKult vous accueille à l'abri des passants. Comme on irait faire sa séance de sport ou de yoga, on s'offre 30 minutes de soin visage mêlant gestes dynamiques et accessoires de massage (rouleau de jade, mushroom, gua sha). Résultat, une peau retendue et un teint éclatant.

À Paris et Aix-en-Provence : www.facekult.com

Mont Kailash

Dans la capitale, le spa Mont Kailash est l'adresse à connaître pour profiter d'un excellent massage tibétain. Basé sur les points d'acupuncture et les différents méridiens, celui-ci stimule l'organisme, élimine le stress et réduit les tensions nerveuses. Parfait pour aborder la fin d'année du bon pied !

16 rue Saint-Marc, 75002 Paris



DÉCEMBRE

