

Techniques de soin corps	Cellulite / Adiposité	Drainage	Fermeté	Stimulation musculaire	Impact émotionnel	Action sur	Effets simultanés	Durée séance et fréquence
Endermologie – Alliance (LPG) (Clapet + rouleau)	✓	✓	✓		Relax	Peau d'orange Circulation lymphatique et veineuse	✓	Variable max 2/sem
Endermologie - Keymodule (LPG) (2 rouleaux)	✓	✓	✓		Relax	Peau d'orange Circulation lymphatique et veineuse		Variable max 2/sem
Transion (VIP)	✓	✓	✓	✓ P	Variable	Peau d'orange et muscles	✓	25 min max 3/sem
Linfogei (VIP)	✓	✓			Variable	Circulation lymphatique et veineuse Ganglions	✓	30 min (quotidien)
Isogei (VIP)	✓		✓	✓ P	Variable	Peau d'orange et muscles	✓	30 min (quotidien)
Bodyssystem (VIP)	✓	✓				Tissus adipeux et conjonctifs	✓	30 min max 2/sem
Corpo	✓	✓	✓	✓ P	Variable	En fonction du programme choisi (6 choix)	✓	En fonction du programme choisi (6 choix) (quotidien)
Diasculpt	✓	✓	✓	✓ P	Relax	Hypoderme	✓	20 min (quotidien)
Sweet Palping	✓	✓	✓		Relax	Peau d'orange	✓	45 min max 2/sem

Techniques de soin corps	Cellulite / Adiposité	Drainage	Fermeté	Stimulation musculaire	Impact émotionnel	Action sur	Effets simultanés	Durée séance et fréquence
Enveloppement chaud ou froid	✓	✓	✓		Relax	Peau d'orange	✓	30 min (à combiner avec d'autres soins) (quotidien)
Massage manuel anticellulite	✓	✓			Variable	Peau d'orange		30 min max 2/sem
Drainage lymphatique manuel	✓	✓			Relax	Circulation lymphatique et veineuse Ganglions	✓	30 min (quotidien)
Drainage lymphatique par pressothérapie	✓	✓			Relax	Circulation lymphatique et veineuse	✓	30 min (quotidien)
Balnéothérapie	✓	✓			Relax	Circulation lymphatique et veineuse	✓	30 min (quotidien)
Sauna infrarouge		✓ Detox			Relax	Organes émonctoires (Detox de l'organisme)	✓	30 ou 60 min (quotidien)
Andulation (HHP)	✓	✓			Relax	Circulation lymphatique et veineuse	✓	30 min (quotidien)
Chromo los 21	✓	✓	✓	✓ P	Variable	En fonction du programme choisi	En fonction du programme choisi	30 min max 3/sem
Power 21	✓		✓	✓ P	Variable	Muscles	✓	30 min max 1/sem par zone

Techniques de soin corps	Cellulite / Adiposité	Drainage	Fermeté	Stimulation musculaire	Impact émotionnel	Action sur	Effets simultanés	Durée séance et fréquence
Cryo 21	✓	✓	✓		Variable	En fonction du programme choisi	En fonction du programme choisi	30 min (en fonction du programme choisi)
Chromothérapie	✓	✓	✓		Relax	En fonction du programme choisi	En fonction du programme choisi	20 à 30 min (quotidien)
Power Plate	✓	✓	✓	✓ A	Variable	Tissus conjonctifs et muscles (fibres musculaires rapides)	✓	20 min max 3/sem
Huber (LPG)	✓	✓	✓	✓ A	Variable	Tissus conjonctifs et muscles (fibres musculaires lentes)	✓	30 à 45 min (quotidien)
Cardio Ergocross ou Ergocycle	✓	✓	✓	✓ A	Variable	Muscles	✓	Variable (quotidien)
Joba	✓	✓	✓	✓ A/P	Variable	Tissus conjonctifs et muscles (fibres musculaires lentes)	✓	15 min (quotidien)
Myo Fix	✓	✓	✓	✓ A	Variable	Tissus conjonctifs et muscles	✓	20 min max 2/sem

Comment faire votre choix ?

L'idéal est de varier les techniques car notre corps réagit favorablement aux changements. Certains programmes combinent plusieurs techniques en fonction de chaque problématique.