



L'ADRESSE

Fleurs de jardin. Rose, géranium, lavande, camomille et même miel de tilleul : voilà les ingrédients fraîchement récoltés qui composent ces laits, ces eaux florales et ces crèmes douces bio (label à l'appui) appliqués lors d'un mini-soin visage simple et rafraîchissant. C'est la cerise sur le gâteau, l'ultime étape d'une séance de massage musclé du corps, un mix de techniques suédoises et de shiatsu. Du cuir chevelu à la

plante des pieds, Jacky, charmante Australienne, traque les nœuds pour mieux les faire couler entre ses doigts. Une pause « visage et corps », aussi saine que relaxante, qui permet de découvrir un des studios de Pilates les plus courus de Paris.

Soin Doux Me, 1 heure, 70 €.
Spa Élément, 41, rue de Richelieu, Paris-1^{er}. Tél. : 01 40 20 42 62.

ELISABETH MARTORELL