

# Osez la cryothérapie

Portés par l'enthousiasme et la bienveillance d'Éric et de Cécile, qui tiennent le centre de cryothérapie Cryotera à Seyssinet-Pariset, nous avons testé pour vous la cryo corps entier. Et devinez ? Passée l'appréhension de rester immobile par  $-90^{\circ}\text{C}$  pendant trois minutes, nous avons adoré l'expérience ! Ouvert depuis décembre, ce pôle franchisé propose divers protocoles à base de froid : la cryo corps entier, donc, qui permet la détente, améliore le sommeil, atténue les douleurs, favorise la récupération ; mais aussi la cryo localisée qui permet de cibler une douleur ou de prodiguer des soins du visage, ainsi que la cryolipolyse, qui vise l'amincissement de la silhouette. En complément, Cryotera propose des séances de pressothérapie et un accompagnement par une micro-nutritionniste. Autant de prestations qui visent à améliorer votre bien-être au quotidien, que vous soyez sportif, que vous souffriez de douleurs chroniques ou que vous ayez simplement besoin d'un moment de détente et d'écoute dans un environnement serein.



DR

Cryotera. 8, avenue de Grenoble,  
à Seyssinet-Pariset. 04 80 80 95 83.  
cryotera.fr