# Beaux Quartiers

L'art de vivre à Grenoble et ses environ



## Bien-être

# Cryotera Grenoble: le froid au service du mieux-être

Ouvert fin 2023 à Seyssinet-Pariset, **Cryotera** s'impose désormais dans le paysage grenoblois. Cécile Le Grand et Éric Platel sont de fervents défenseurs de la thérapie par le froid : « Elle s'adresse à tous, qu'ils soient sportifs, pour soigner des douleurs chroniques ou en recherche de bien-être. »

Au sein d'un espace cosy propice à la détente, l'équipe propose cinq soins naturels et non invasifs : cryothérapie pour le corps entier, cryothérapie localisée, soin du visage, pres-

sothérapie et cryolipolyse. « Nous sommes les seuls sur l'agglomération à disposer d'une chambre de cryothérapie pour le corps entier à -90 degrés qui apportent entre autres des bénéfices pour le sport, la santé et le bien-être », souligne Cécile.

Chacun peut y trouver des bénéfices: la cryothérapie localisée soulage les douleurs et tensions locales, la pressothérapie est indiquée pour les jambes lourdes ou pour les sportifs après l'effort. Quant à la cryolipolyse, elle permet de mincir durablement, sans douleur. Cécile et Éric sont suivis par le comité scientifique de Cryotera qui les a formés, preuve de l'exigence de cette discipline en pleine expansion.

### Cryotera Grenoble

8, avenue de Grenoble, 38170 Seyssinet-Pariset Tél. 04 80 80 95 83 - contact.grenoble@cryotera.fr https://cryotera.fr/centres/grenoble Ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 19h et le samedi de 9h à 16h.

Facebook: Cryotera Grenoble - Instagram: Cryotera



# CORPS ESPRIT

# L'instant by Joris: comme chez soi

C'est au sein d'une belle villa haussmannienne que Joris Jouanny a fondé son salon de coiffure il y a sept ans. Le jeune homme a posé trousses et mallettes au cœur de la



# **Apparence**

Fort d'une équipe do aguerris, **Apparence La** des prestations complete en esthétique. Mickaël, le coiffeur depuis dix ans, out et Céline, coiffeuses, I me Julia qui propose les drait théticienne et maquillour « Nous formons une equiparavaillons en collaboration pondre au plus près des om raconte Mickaël.

Décoré avec soin, sobre e blissement se distingue p suivantes : une maîtrine les coupes hommes, diff Le personnel utilise la masa large gamme de produit quement en salons et rocci ficacité. Pour les drainagen à la méthode Renata Françtionnaire, dont les bionfaits la première séance : portration de la rétention d'o du corps... En résume, Ap c'est LE rendez-vous du bi

## **Parenthèse**

C'est en 2017 à Gronoble que Cyrielle Thiry ouvre son institut **Parenthèse** au **naturel.** Diplômée d'un CAP et titulaire d'un