

BEAUTÉ L'ADRESSE DE LA SEMAINE



La remise en forme intégrale de L'Essentiel Paris



Façon coaching bien-être à 360°, L'Essentiel Paris by Elisabeth Nado remet à niveau tous nos curseurs beauté et santé. Une prise en main d'une efficacité rare.

[VOIR LES 7 IMAGES >](#)

Par Mélanie Defouilloy le 20 Février 2015

L'adresse de la semaine [paris](#) [Forme](#) [adresse](#) [beauté](#)



La remise en forme intégrale de L'Essentiel Paris

1 / 7



Façon coaching bien-être à 360°, L'Essentiel Paris by Elisabeth Nado remet à niveau tous nos curseurs beauté et santé. Une prise en main d'une efficacité rare.

Après avoir dirigé Excellence Touch, qui réunissait la crème des experts beauté de la capitale, Elisabeth Nado ouvre un nouveau lieu pour remettre sur pied les parisiennes surmenées. Tout commence par un entretien d'une heure pour déterminer le protocole le mieux adapté, sur l'une des trois thématiques que propose le centre : minceur, maternité, burn-out. Puis, suivant les disciplines choisies (sophrologie, naturopathie, lithothérapie, massage, coaching sportif, nutrition), on ajuste la fréquence de cet accompagnement dans le temps, qu'il soit ponctuel ou à plus long terme. Mais on peut aussi s'y rendre juste pour bénéficier d'un massage relaxant avec Elisabeth herself. L'alternance de frictions vigoureuses à l'huile et d'étirements plus lents favorise le relâchement, musculaire comme mental, pour un lâcher-prise absolu...

L'Essentiel Paris, 116 rue de la Boétie, 75008 Paris. Tél : 01 42 08 16 01. <http://www.lessentiel-paris.com>

Par Mélanie Defouilloy le 20 Février 2015