

junesixtyfive.com

Pays : France

Dynamisme : 4



[Visualiser l'article](#)

Ma 2ème cure de LPG : Les mêmes résultats sans sport?



Je vous avais déjà fait un article concernant le Cellu M6 de LPG qui avait très bien fonctionné pour moi l'été dernier.



[Visualiser l'article](#)

Mais cette année je voulais vous partager aussi mon expérience, parce qu'elle est différente de l'année passée. Donc je me suis dit que ce serait intéressant pour vous d'avoir un retour sur deux situations distinctes.

Comme vous le savez (je vous en avais longuement parlé sur Insta Story) ou pas d'ailleurs, depuis que j'ai ce blog je me suis un peu "délaissée".

La charge de travail et la passion qui m'envahi chaque jour pour ce nouveau métier que j'exerce, font que je prends beaucoup moins soin de moi qu'avant.

C'est contradictoire avec ce monde d'image dans lequel j'évolue, on est d'accord. Et pourtant c'est la vérité.

Vous voyez sûrement plein de filles sur les réseaux qui font attention à leur équilibre alimentaire, font du sport pour entretenir leur jolie silhouette, enchaînent les rendez-vous chez le coiffeur, l'esthéticienne pour faire des soins du visage, massages, manucures, pédicures, pose d'extension de cils etc...

Et bien je ne fais rien de tout ça. Que ce soit au niveau repos, santé, sport ou beauté je ne m'autorise plus à prendre du temps pour moi. (attention je ne me plains pas, je vous dis ce qu'il en est mais ce n'est pas pour autant que j'en suis malheureuse! Ce blog m'apporte beaucoup d'épanouissement personnel!)

Je n'ai jamais été une grande sportive mais disons que j'avais jusqu'à 3 ans en arrière toujours la motivation de me bouger avant l'été pour être tonique et avoir le moins de cellulite possible en été.

Mais depuis 3 ans, je ne trouve même plus la motivation de faire des petits exercices, même avant l'été!

Résultat : j'ai la chance d'avoir une morphologie qui brûle les calories et m'aident à garder la ligne dans sa globalité, mais je remarque que plus je prends de l'âge et plus mon corps stocke les mauvaises graisses et se ramolli (merci les glaces et les pizzas haha)... En gros je suis mince oui, mais j'ai de plus en plus de cellulite et la peau flasque. Pour être franche avec vous je complexe énormément sur mes fesses ces derniers temps, je les trouve plates, tombantes.. Bref je me sens pas bien en maillot de bain et quand il s'agit d'évènements avec d'autres influenceurs je complexe vraiment et j'ai tendance à me cacher avec un short en jean.

Là j'imagine déjà des yeux qui se lèvent en disant que j'exagère et que je devrais être contente du physique que j'ai. Oui je suis consciente que j'ai la chance de ne pas grossir mais il faut savoir que les personnes minces ont aussi leurs complexes et peuvent elles aussi avoir de la cellulite et un manque de fermeté à certains endroits!

Bref, tout ça pour vous dire que contrairement à l'année dernière où j'avais décidé de faire du sport avant pendant et après ma cure de Cellu M6 et aussi de faire attention à manger plus sainement (ce qui avait donné de très très bons résultats), cette année c'est une autre histoire...

Je me suis réveillée un peu tard (en juin) après n'avoir pas fait de sport depuis plus d'un an. Et surtout après plus d'un an à faire n'importe quoi niveau alimentation.

Je me suis dit qu'il était trop tard pour me construire un body goal grâce au sport et que j'allais au moins essayer de limiter les dégâts avec une cure de Cellu M6 cette année aussi.

Par contre aucune motivation concernant le sport (je vous en avais d'ailleurs parlé), cette année je n'y arrive pas. J'ai bien eu un élan de bonne volonté mais cela n'a duré que 2 semaines...

[Visualiser l'article](#)

La flemme aussi de faire attention niveau alimentation, j'ai besoin de manger ce qui me fait envie quand j'en ai envie sans me priver... Donc forcément je le paye.

Je vous avais dit que **LPG + SPORT + BONNE ALIMENTATION** était **LE trio gagnant pour une belle silhouette**. L'année dernière j'avais fait la bonne élève et cette année je vais donc vous faire un bilan en tant qu'"élève rebelle" haha.

MON BILAN AVANT/APRÈS

Comme l'année dernière j'ai fait ma cure de LPG chez mon esthéticienne, à l'**Ile de Beauté** à Montpellier. (sachez d'ailleurs que le système de parrainage pour avoir **-15% est valable si vous dites que vous venez de ma part pour toutes les prestations de l'institut**).

Anne-Marie est très pro et c'est une spécialiste de la cellulite haha, donc c'était évident pour moi de retourner chez elle.

Si vous voulez toutes les infos concernant le procédé des séances et des explications sur le LPG, je vous conseille de lire **mon article de l'année passée** :

J'ai donc fait comme l'année dernière ma cure de 12 séances de LPG. Le diagnostic était un peu similaire à celui de l'année dernière :

- j'ai (toujours) un morpho type Androgyne (qui stocke les graisses en haut du corps)
- cellulite de type **aqueuse** sur les cuisses
- cellulite **adipeuse** sur, sous les fesses et entre les jambes
- début de culotte de cheval
- relâchement cutané au niveau du ventre, des fesses et entre les cuisses
- fesses asymétriques (une est plus haute que l'autre)

Comme d'habitude, l'esthéticienne m'a donc fait **un programme de Cellu M6 complètement personnalisé** après ce diagnostic afin de **raffermir la peau, gommer la cellulite et remonter les fesses**.

J'ai pu voir les premiers résultats dès la quatrième séance : j'étais beaucoup moins complexée en maillot de bain, même si j'avais encore de la cellulite.

Après 12 séances :

J'ai moins de cellulite, toujours présente mais moins visible surtout entre les cuisses, sur et sous les fesses.

Cependant, je vois clairement une différence avec les résultats que j'avais eu l'année dernière et je comprends pourquoi l'esthéticienne insiste autant en disant **qu'il faut vraiment faire du sport et avoir une bonne hygiène de vie à côté pour optimiser les résultats!** Sans tout cela on a quand même des résultats mais ils ne sont pas aussi bluffants et ne durent pas aussi longtemps. Car comme je vous l'ai déjà dit, le **Cellu M6**, ce n'est pas de la magie...

Voilà quelques photos pour vous montrer l'évolution cette année, puis une comparaison des résultats entre l'année dernière et cette année... Comme vous le voyez j'ai encore de la cellulite après la cure cette année car je n'ai pas fait de sport et j'ai mangé beaucoup de glaces et de pizzas, alors que l'année dernière je n'en avais quasiment plus!

junesixtyfive.com

Pays : France

Dynamisme : 4



[Visualiser l'article](#)

RÉSULTATS SANS SPORT

2018





RÉSULTATS APRÈS 12 SÉANCES DE CURE DE LPG



CONCLUSION

Si vous décidez de vous lancer dans une cure, pour rentabiliser un maximum le prix des séances, faites vraiment l'effort d'aller au sport!!!