



SPÉCIAL jambes légères

En spray, huile ou lait, ces soins soulagent illico les gambettes lourdes. En prime, ils sont faciles à utiliser.

PAR MARINA CECCHI



LE RAFRAÎCHISSANT

SPRAY « GLACIAL » JAMBES LÉGÈRES, SLIM MINUTE, 12,75 €.

Cette lotion au menthol, à la menthe poivrée et au camphre se consomme sans modération. Elle est l'atout des sportives comme des accrocs du shopping. Efficace même à travers un collant, elle n'a pas besoin d'être étalée et pénètre instantanément.

Son atout: deux ou trois pulvérisations au creux du genou et sur vos jambes échauffées suffisent à activer l'effet glaçon et à retrouver aussitôt de la tonicité.

Nos astuces

Pensez à mettre votre soin au réfrigérateur la veille au soir, pour vous assurer un effet coup de frais agréable le matin, lors de l'application.

La bonne application

Lorsqu'il se présente sous forme de lait ou d'huile, votre soin s'applique toujours des deux mains, en lissant la peau et en exerçant une pression afin de stimuler la microcirculation sanguine et ainsi soulager la tension dans vos jambes. En spray, vaporisez-le de l'intérieur de la cheville vers le mollet, sans oublier l'arrière du genou, zone stratégique.

Si vous n'avez pas de soin adapté, vaporisez de l'eau thermale, même à travers un bas, principalement derrière le genou et sur l'intérieur de la cheville, zones de flux sanguin très réceptives.



LE REVITALISANT

LAIT SOS DÉFATIGANT JAMBES & PIEDS, DR PIERRE RICAUD, 8 €.

Commencez la journée du bon pied avec ce soin deux-en-un, qui peut se réappliquer à tout moment. Sa texture lait hydrate la peau sans laisser de film gras, tout en décongestionnant les jambes et en soulageant les pieds.

Son atout: le complexe Drainactiv' à l'escine, un extrait de marron d'Inde aux vertus drainantes.



LE STIMULANT

SOINS CORPS AUX ÉPICES, BERNARD CASSIÈRE, 36 €.

Ce cocktail spicy, à base d'extraits de gingembre et de wasabi, se savoure en fin de journée pour retrouver jambes et pieds légers. Sitôt ce fluide appliqué, la microcirculation sanguine est stimulée et la pression ressentie dans les jambes retombe.

Son atout: futé, il s'applique même à travers des bas pour une sensation de délasserment instantané.



LE TONIFIANT

SPRAY FRAÎCHEUR JAMBES LÉGÈRES, LPG, 29 €.

Pour vous sentir à l'aise sur vos gambettes, jouez de la gâchette ! L'extrait d'algue rouge de ce soin bien-être apaise la sensation d'engourdissement dans les mollets, tandis qu'arnica, cyprès et sceau de Salomon s'activent à diminuer les tensions.

Son atout: la sensation de fraîcheur immédiatement ressentie s'intensifie au bout de 10 minutes et perdure près de 2 heures.



LE RELAXANT

L'OR ROSE JOLIES JAMBES LÉGÈRES, MELVITA, 21,50 €.

Misez sur l'effet coup de frais de ce soin bio bi-phasé, dont la formule concentre des huiles de rosier muscat et de poivre noir, ainsi que de l'eau florale de menthe.

Son atout: les jambes retrouvent vite leur vitalité, et son parfum épicé éveille les sens. Et pour une action durable, des extraits de baies roses limitent la rétention d'eau.