

Clic *Bien-être*



[Minceur](#)

[Astro](#)

[Santé](#)

[Beauté](#)

[Bien-être](#)

[Enfant](#)

[Maison](#)

[Couple](#)

Cellulite : choisir la bonne technique de massage pour s'en débarrasser enfin !



Publié le 26 mai 2021 à 16:47

Il s'agit de l'ennemi numéro un de la plupart des femmes... La cellulite ! S'il existe de nombreux « produits miracles » sur le marché, la méthode la plus efficace pour s'en débarrasser reste le massage.

 Recevez la newsletter

Le meilleur de Clic Bien-être dans votre boîte mail:

Prénom

Email

OK



Régime

Annonce Institut Bicher



Un Teint Parfait en 1 Minute

Face à l'intolérance à nous de faire la différence

Témoignage et conseils : Question Sexualité.



Et ce ne sont pas les techniques de massage anticellulite qui manquent aujourd'hui... Mais alors Cellu M6, drainage lymphatique ou encore palper-rouler, que faut-il choisir ? Nous faisons le tri pour vous !

Qu'est-ce que la cellulite et pourquoi en avons-nous ?

La cellulite est composée de cellules graisseuses. Pourtant, même les personnes qui ne sont pas en surpoids peuvent en avoir... Ces cellules, que nous avons toutes, sont situées sous notre peau et il arrive qu'elles se gorgent de graisse et s'atrophient. C'est ce que l'on appelle l'effet « peau d'orange ». Essentiellement située sur les fesses, les cuisses et le ventre, la cellulite peut nous gâcher la vie, surtout à l'approche de la saison chaude. Avant de trouver le massage qui fonctionne pour vous, il est important de savoir quel type de cellulite vous concerne :

- **La cellulite adipeuse:** molle et indolore, elle est surtout visible lorsque vous pincez votre peau ;
- **La cellulite aqueuse:** souple au toucher, elle rend votre peau légèrement bosselée et elle s'accompagne d'une sensation de gonflement ;
- **La cellulite fibreuse:** il s'agit d'une cellulite incrustée, visible et dure. Vous avez du mal à attraper votre peau à cet endroit et ce n'est d'ailleurs pas du tout agréable comme sensation, voire douloureux.



Announce nuubu.com



DIY : huile de massage anti-cellulite

clcbienetre.com



Les meilleurs exercices pour réduire la cellulite...

clcbienetre.com



DIY : Soins anti-cellulite aux huiles essentielles

clcbienetre.com



DIY : masque capillaire à l'huile de coco et de jojoba

clcbienetre.com

Face à l'intolérance à nous de faire la différence

Témoignage et conseils : Question Sexualité.



Cellu M6 : le pionnier technologique

La méthode Cellu M6, ou LPG sur les réseaux sociaux, imite les gestes du palper-rouler mais à l'aide d'un appareil. Plus efficace, grâce à un système d'aspiration de la peau entre les deux rouleaux, elle soulève l'épiderme et s'adapte à la problématique de chaque personne pour de meilleurs résultats. Plusieurs études font état de son efficacité sur les adipocytes, soit les cellules qui stockent les graisses. Pratiquée en institut de beauté ou en clinique, cette méthode est particulièrement efficace, elle aide même à déloger la fameuse culotte de cheval, le plus récalcitrant de nos amas graisseux !

Tarif et régularité : Les résultats sont visibles au bout de 5 à 6 séances. Il est conseillé de démarrer à raison de 2 séances par semaine pendant un mois, puis 1 séance par semaine. Comptez 10 à 12 séances pour un traitement complet et environ 60 € la séance. La plupart des centres qui proposent le Cellu M6 proposent des forfaits de plusieurs séances à prix réduit.



clicbienetre.com

Maigrir - Dites adieu à votre cellulite avec ces 4 exercices

clicbienetre.com



7 huiles essentielles anti-cellulite !

clicbienetre.com

 **BECQUET**
Créateur en ligne de maison

Réinventez votre maison

jusqu'à **-40%**

Face à