



### HUBER, qui es-tu?

Commençons par présenter Nathalie Zenklusen, une passionnée de sport et pas n'importe lequel! Elle pratique le Freeride, dont les épreuves consistent à descendre une face jugée sur choix de la ligne, fluidité, maîtrise technique et style; la créativité et l'expression sont de rigueur. Elle a participé – entre autres – à l'Xtreme de Verbier 2006, une compétition qui sélectionne les meilleurs rieurs du monde! Etre fit, elle sait ce que c'est. En complément à d'autres soins, elle propose un entraînement très efficace avec l'appareil HUBER (Human Body EquilibRium).

**B.I.: Quels sont les bienfaits de HUBER?**

**Nathalie Zenklusen:** HUBER redensifie les muscles profonds qui entourent les vertèbres et ceux de tout le corps par un travail proprioceptif et dynamique. HUBER offre une posture remaniée, une silhouette affinée et surtout un regain de bien-être et d'énergie. C'est une innovation technologique de conception unique.

**B.I.: Quand l'utiliser?**



**N.Z.:** La sédentarité, le stress, le manque d'exercice et une mauvaise posture accélèrent le processus de vieillissement du corps. Les muscles profonds de la colonne vertébrale, à la base de tous nos mouvements, s'atrophient faute d'utilisation.

Il en résulte des muscles paresseux, des articulations raides et des troubles de l'équilibre. HUBER est également très adapté pour les personnes amenées à suivre une réhabilitation suite à un accident.

**B.I.: Comment fonctionne-t-il?**

**N.Z.:** Constitué d'un plateau à oscillations programmées, HUBER est un appareil interactif. In fine, un gainage musculaire profond libère le ventre, affine la posture, estompe les éventuelles douleurs. Un programme spécifique est établi pour chaque personne en fonction de ses besoins. Une technicienne spécialement formée vous assiste durant la séance de 45 minutes, à raison de deux fois par semaine.

**B.I.: Les résultats?**

**N.Z.:** Excellents dans tous les domaines. A essayer absolument à la Clinique Lémanic.



**Après les traditionnelles agapes de fin d'année, un petit amas de cellulite s'est placé où il ne fallait pas et hop, on a envie de rétablir la situation. En plus, on veut être fit pour les sports d'hiver, acquérir une condition et une posture physiques de bon niveau. Dire à la fois au revoir à la cellulite et en plus être au top, c'est possible grâce à deux méthodes complémentaires. Entrons dans le monde de l'Endermologie et faisons connaissance avec HUBER...**

TEXTE : CHANTAL-ANNE JACOT

### J'ai testé pour vous...

A Lausanne, la Clinique Lémanic offre de multiples soins; il en est un que j'ai voulu tester absolument: le CelluM6. C'en est assez de cette peau d'orange et de ces dépôts graisseux superficiels qui se sont intégrés sur mes cuisses et mon ventre..., et qui me gênent! Je prends rendez-vous pour suivre 12 séances de 45 minutes, deux fois par semaine.

Le traitement utilisé se fait par Endermologie®, une technique LPG® brevetée qui permet de réaliser une véritable gymnastique cutanée pour stimuler l'élimination des toxines et la circulation. Très rapidement, je constate une réduction du volume de la cellulite. Ma silhouette est agréablement remodelée..., sans chirurgie.

Installée confortablement dans une pièce décorée avec goût, aux couleurs reposantes, je me change et j'enfile une combinaison telle une seconde peau, qui fait, lors du traitement, écran entre les vibrations de l'appareil et mon épiderme. Je m'allonge confortablement sur une table et le masseur médical procède à des mouvements mécaniques, indolores et tonifiants, selon le principe du pli «palpé-roulé». L'appareil «CELLU M6® Keymodule» permet des manœuvres multidirectionnelles, selon les toutes dernières méthodes. Dès les premières séances, je me sens plus légère. J'avais entendu dire que peut-être des hématomes apparaîtraient les jours suivants... Que nenni! Il faut dire que je me trouve entre les mains expertes d'un spécialiste qui maîtrise la technique et qui connaît parfaitement les secrets du corps humain. Un point important à considérer. In fine, mon corps s'est affiné, ma peau est raffermie et lissée. Ma bonne résolution en ce début d'année: entretenir ces effets positifs en m'offrant une à deux fois par mois une séance et, deuxième résolution, approcher de plus près HUBER: un personnage surprenant. Découvrons-le grâce à Nathalie Zenklusen, sportive d'élite.

ETRE FIT, ÇA VA VITE!

**Clinic Lémanic - Centre de dermatologie et laser esthétique**

Av. de la Gare 2 - 1003 Lausanne - Tél.: +41(0)21 321 54 44 - Internet : [www.cliniclemanic.ch](http://www.cliniclemanic.ch)