



Best of : les 5 adresses les plus en vue du moment



Le Commando : le challenge cardio pour bien démarrer l'année

Avec pour but de pousser au maximum la dépense énergétique et le rythme cardiaque en 45 minutes chrono, le Commando dispensé à l'Usine fait vraiment monter d'un cran l'entraînement cardio.



Ce studio de Pilates va vous faire déconnecter illico après les défilés

Baigné par la lumière d'une cour parisienne, le Studio Kinétique est un havre de paix holistique pour acquérir une maîtrise totale du corps et de l'esprit, en plein cœur de Paris



[Visualiser l'article](#)



Fashion Week homme: nos 3 adresses beauté préférées à Paris

Petit circuit des nouvelles adresses parisiennes toutes indiquées pour tailler sa barbe au millimètre, faire le plein de superaliments ou upgrader ses workouts post-shows. De quoi s'assurer une Fashion Week sous les meilleurs auspices



#FrenchRiviera : le spa Valmont au Château de la Messardière

On a trouvé votre escale bien-être à Saint-Tropez: le spa Valmont-Cinq Monde de la Messardière est une bulle ouatée, loin du tumulte de la côte varoise. Visite



Le Jump Fight au Klay : la discipline de fer pour bien commencer 2016

Une heure de training fractionné à haut voltage, pour dépasser ses limites physiques et cognitives, c'est la promesse inédite du Jump Fight, la discipline imaginée par le champion du monde de boxe Brice Faradji.