

numéro 6  
spécial

Terrasensoria

*Minceur*

*Mon institut de beauté* E *moi*



# sommaire

5

## *Technologies minceur*

Découvrez vos alliés minceur.

10

## *Techniques manuelles*

Vous préférez les massages minceur ?

12

## *Nos offres exclusives*

C'est le moment de se lancer avec nos offres spéciales !

16

## *Les produits minceur*

18

## *Le trio gagnant de Terrasensoria*

20

## *La minceur côté assiette*



“

*Prenez soin de  
votre corps afin  
que votre âme ait  
envie d'y rester.*

Proverbe Indien

Il est grand temps de faire une parenthèse dans sa vie et de s'occuper enfin de soi !!  
On râle toutes à cause de cette cellulite qui est trop apparente, de ce ventre ou de ces cuisses que l'on ne peut plus voir dans le miroir, on adorait remettre ce superbe jean qui reste enfermé dans notre armoire... Positivez !  
Nous avons toutes les technologies et le savoir faire pour améliorer votre silhouette alors, soyez motivées lancez vous, nous allons vous aider !



Les différentes cures que nous vous proposons vous aideront à atteindre vos objectifs grâce à un rééquilibrage alimentaire et des séances de coaching personnalisées. Nous allierons à cela la technologie avec nos équipements spécialisés qui ciblent les zones spécifiques de votre corps.

C'est le moment d'essayer et de faire des économies grâce à nos offres du 1er avril au 31 mai ! Vous bénéficiez également d'un bilan minceur OFFERT pour déterminer quel est le meilleur protocole pour vos besoins et votre corps.

# motivation



Au début, on vous demandera  
pourquoi vous le faites.  
Puis on vous demandera comment  
vous l'avez fait.



au service de votre

la technologie

# Silhouette



Un protocole personnalisé selon votre morphologie, votre détermination et votre budget !

1

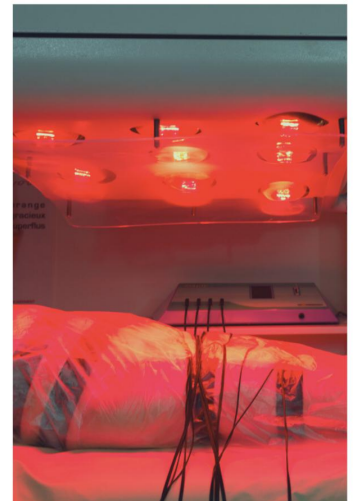
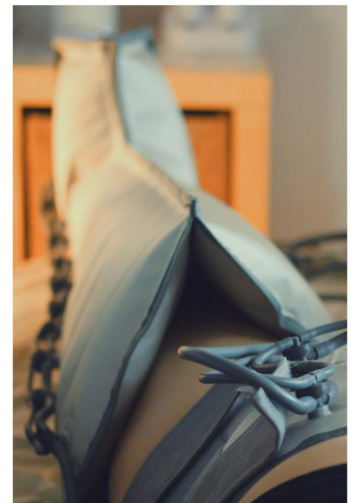
L'électrostimulation : pour le renforcement musculaire.

2

La cryolipolyse : l'élimination des amas graisseux par le froid.

3

La pressodynamie : redynamise les fluides circulatoires.



## En savoir plus sur nos technologies minceur

Nous les avons sélectionné pour leur efficacité et performances qui ciblent les zones spécifiques de votre corps où se stockent les amas graisseux qui ont du mal à disparaître malgré vos efforts !





L'électrostimulation augmente la consommation énergétique en accélérant la fonte des graisses sous-cutanées favorisant le drainage lymphatique combattant ainsi la cellulite (peau d'orange).

L'électrostimulation fonctionne par envoi de petites impulsions électriques afin d'augmenter l'activité musculaire pour permettre une accélération de votre métabolisme. Vous aurez ainsi une peau plus ferme et moins de cellulite.

Dès la première séance d'amincissement, vous verrez les résultats sur la tonification de vos tissus et au bout de quelques séances, vous constaterez une diminution de votre volume corporel et un lissage visible de l'aspect de votre peau.



C'est une technique qui consiste à transmettre une température entre  $-10^{\circ}\text{C}$  et  $+5^{\circ}\text{C}$  sous la peau afin de détruire les cellules graisseuses. Les résidus des cellules graisseuses sont ensuite dissous grâce au processus du métabolisme normal du corps en 2 à 3 mois.

Après le traitement, vous pouvez commencer à voir les premiers changements à partir de 3 semaines et vous observerez les résultats les plus spectaculaires après 1 mois (jusqu'à 3 mois). Votre corps continuera à éliminer la graisse touchée jusqu'à approximativement 4 mois après le traitement. En moyenne, on perd jusqu'à 40% % de volume graisseux.





La sensation de jambes lourdes et la cellulite sont le résultat d'une mauvaise circulation sanguine et lymphatique. La nouvelle méthode de soin de Pressodynamie® restaure et dynamise la circulation des fluides. Dès la première séance, les jambes retrouvent leur légèreté.

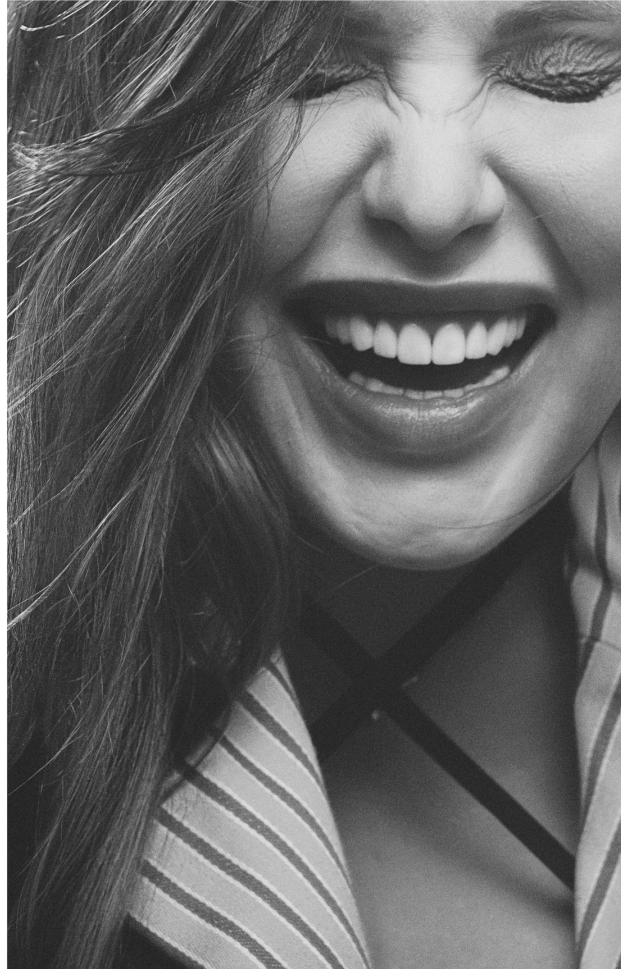
Pour les athlètes, elle booste l'oxygénation musculaire, le drainage des toxines et de l'acide lactique pour permettre une meilleure récupération et éliminer les courbatures.

Possibilité d'ajouter une ceinture abdominale travaillant séquentiellement dans le sens du transit intestinal pour permettre de réguler les fonctions physiologiques et émotionnelles du système digestif.

La Pressodynamie® peut s'utiliser seule ou combiner à d'autres technologies minceur pour augmenter les résultats.



# Summer



Chers bourrelets, notre histoire  
d'amour s'arrête aujourd'hui.



Les soins du corps amincissants

# Nos techniques manuelles

THALAC

Pour celles qui ne souhaitent pas recourir à l'usage des machines nous vous proposons des techniques manuelles : des soins du corps amincissants complets adaptés à votre silhouette.

## Ventre Plat

Ce soin ciblé ventre plat à l'action double, minceur et fermeté, permet de lisser le ventre et de le rendre plus plat. Il allie l'efficacité des produits minceur aux techniques professionnelles de drainage abdominal. Idéal pour un effet tenseur.



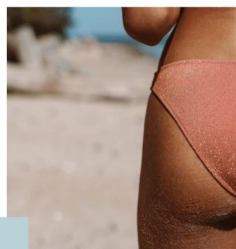
55 €

pour 1 séance

460 €

au lieu de 550 € pour 10 séances (45 min)

+ 1 produit Ericson Laboratoire OFFERT



59 €

## Taille, hanches & fesses

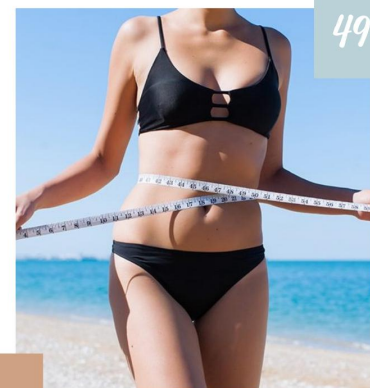
Un soin localisé sur la zone Taille, hanches, fessiers, pour tonifier en profondeur et désengorger les zones rebelles.

Réalisé manuellement grâce à l'enchaînement de techniques de massage spécifiques, ce soin permet de retrouver une silhouette harmonieuse.

pour 1 séance de 35 min • 8 séances à 420 €

## Enveloppement minceur

Un soin minceur global basé sur la technique de la cryothérapie qui permet d'affiner les rondeurs et remodeler la silhouette. Idéal pour une perte de centimètres visible dès la première séance et un aspect de peau plus lisse.



49 €

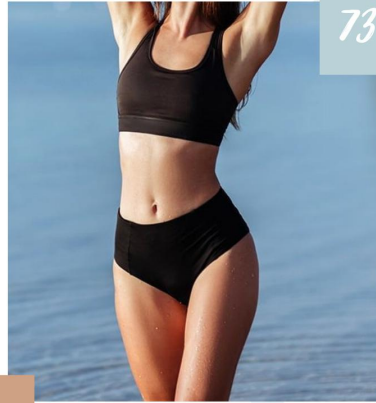
pour 1 séance de 1 heure

• 6 séances à 260 €



## Marine Minceur

Ce soin booster permet un amincissement général de la silhouette grâce à l'utilisation combinée de la sudation et de produits minceur efficaces. La silhouette est affinée et les toxines éliminées.



73 €

pour 1 séance de 1 heure



69 €

pour 1 séance de 1 heure

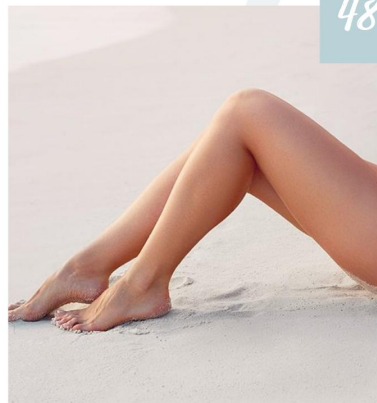
• 8 séances à 490 €

## Thalac'Spa

Ce soin, spécialement conçu pour les peaux déminéralisées et déshydratées, permet un véritable moment de détente et de relaxation. La peau est plus douce et retrouve sa souplesse grâce à l'action reminéralisante et thermo-protectrice.

## Beauté et bien-être des jambes

Ce soin est spécialement conçu pour soulager et délasser instantanément les jambes lourdes et fatiguées. Grâce à l'enchaînement de techniques manuelles (drainage veino-lymphatique), il permet de stimuler la circulation des membres inférieurs et prévient les troubles esthétiques tels que la cellulite.



48 €

pour 1 séance de 40 min

• 8 séances à 345 €



69 €

pour 1 séance de 1 heure

## Massage amincissant manuel + enveloppement personnalisé

Offre spéciale :  
Cure de 10 séances à

590 €

au lieu de 690 €

+ 2 produits Physiomins OFFERTS

Offres valables  
du 1er avril au 31 mai

offres exclusives et limitées



Cure de 10 séances de  
Pressodynamie®

À raison de 2 séances de 30 minutes  
par semaine.

390 €

au lieu de 490 €  
+ 1 gel Frigic jambes Thalac OFFERT

À ne pas manquer

## Cure de 10 séances de massages amincissant manuel

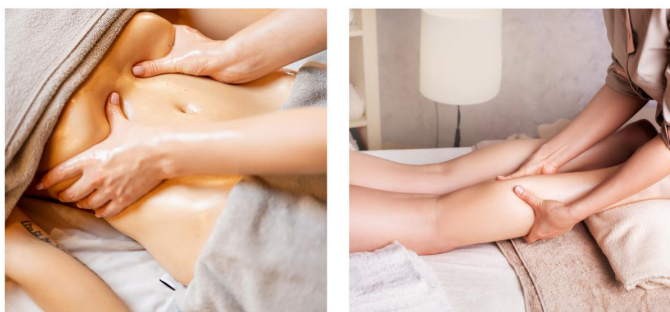
Comprenant un massage global :  
ventre, hanches, jambes, bras et dos.

1 séance dure 45 minutes

590 €

au lieu de 690 €

+ 2 produits Physiomins OFFERTS



Pour tout achat d'une cure minceur  
votre coffret minceur

*Rituel 3 temps Silhouette*

est à 55 € au lieu de 78 €



Et vous bénéficiez de 10% de réduction  
sur tous les produits minceur THALAC





1 €  
AU LIEU DE 26 €

# Le Gommage Corps 2 en 1

POUR L'ACHAT DE VOTRE RITUEL

3 TEMPS SILHOUETTE



- ESSENCE D'ESTIME - BOOSTER MINCEUR
- CRÈME MINCEUR 24H MULTI-ZONES
- BOISSON BIO : DRAINE ET DÉTOXIFIE

JUSQU'AU 17 AVRIL 2023

ÉDITION  
*limitée*



gommage corps **2 en 1**  
gomme et assouplit

BEURRE DE KARITÉ | NOURRIT  
HUILE DE NOIX DE COCO | HYDRATE

body scrub **2 en 1**  
exfoliates and softens

SHEA BUTTER | NOURISHES  
COCONUT OIL | MOISTURISES



SOINS BIO-ESSENTS



COSMOS  
ORGANIC

## Les produits

# Minceur



33 €

### LA CRÈME MINCEUR MULTI-ZONES 24H

Grâce à sa formule aux actifs d'origine naturelle, cette crème évite le stockage des graisses et contribue à l'amincissement de la silhouette.

La coralline, algue rouge, travaille pour vous jour et nuit ! Pendant votre sommeil, elle inhibe le stockage des graisses et stimule la synthèse du collagène. Le jour, elle active l'élimination des graisses sur les zones rebelles : ventre, hanches, cuisses, fesses, taille et bras.

Combinée au café vert (déstockage des graisses), à l'extrait de Guarana (tonifiant) et au thé vert (anti-oxydant), cette crème est le produit incontournable de votre routine beauté. • 200 ml



35 €

### ESSENCE D'ESTIME BOOSTER MINCEUR

Huile minceur intégrale, elle agit sur la rétention d'eau et sur les amas adipeux. Riche en actifs d'origine naturelle, dont le poivre rose, elle aide à lutter efficacement contre la cellulite, en freinant le stockage des graisses, tout en favorisant leur déstockage.

Les vertus drainantes de l'huile essentielle de pamplemousse favorisent l'élimination de l'eau stockée dans les tissus. Votre peau est plus lisse, plus souple et l'aspect "peau d'orange" est considérablement réduit.

L'huile de Kigélia agit sur la fermeté et la tonicité de la peau grâce à son effet sur la micro-circulation. Les huiles de bourrache et d'onagre certifiées bio embellissent quant à elles la peau et lui apportent douceur.

• 100 ml



13 €

### BOISSON BIO DRAINE ET DÉTOXIFIE

Ce breuvage facilite la digestion et stimule l'action amincissante, grâce à son effet détox. Avec cette boisson, il devient agréable d'éliminer et de drainer les toxines et les graisses superflues. Associée à une activité physique régulière, une alimentation équilibrée et à l'application de vos produits cosmétiques minceur, aidez votre corps à conserver la silhouette de vos rêves.

Sa saveur de menthe douce permet une dégustation chaude ou froide. Elle contient de la caféine et de la théine.





47 €

## GEL MINCEUR CRYO-ACTIF

Gel amincissant remodelant cryo-actif fraîcheur intense. Alliant la richesse des algues marines à l'efficacité du menthol et de la caféine, ce gel gaine la peau et redessine les contours de la silhouette.

- 200 ml

## GEL MINCEUR TENSEUR

L'allié indispensable pour une silhouette mince et ferme. Sa formule à base de caféine, tenseur végétal et huile essentielle de menthe aide à remodeler la silhouette et à retrouver une qualité de peau lisse et tonique.

- 220 ml



53 €



47,50 €

## ACTION VERGETURES

Dès 56 jours, les vergetures sont atténuées\*. La peau est visiblement plus ferme et plus élastique\*\*.

\*Scorage clinique sur 22 volontaires avant et après 56 jours d'utilisation.

\*\*Test de satisfaction sur 22 volontaires pendant 56 jours.

- 100 ml

## GEL DÉLASSANT FRIGIC JAMBES

Soin fraîcheur enrichi en menthol et vigne rouge pour les jambes fatiguées. Dès son application, sa texture gel translucide procure une intense sensation de légèreté, de fraîcheur et de bien-être pour un effet relaxant longue durée.

- 200 ml



47 €





# Terrasensoria *minceur*

VOTRE INSTITUT DE BEAUTÉ VOUS PROPOSE  
UN CONCEPT TOTALEMENT **UNIQUE** EN ALSACE

## *le* **trio** *gagnant*

UN PROGRAMME PERSONNALISÉ ALLIANT

*les* **technologies** *minceur*

*le* **coaching** *alimentaire*

*le* **coaching** *sportif*



## Pourquoi nous choisir ?

Parce que nous avons l'expérience, l'expertise et tous les éléments pour vous apporter les meilleurs résultats ! Parce que nous avons L'AMOUR de notre métier et que nous souhaitons vous apporter le MEILLEUR pour que vous vous sentiez BIEN dans votre corps et dans votre tête. Parce que nous avons un institut de beauté pour vous chouchouter de la tête aux pieds et toutes les compétences pour que vous soyez en forme et en bonne santé !

### Nos 3 forfaits :



#### Belle

- 8 séances minceur (2x/sem)
- 4 h de sport avec un coach privé à domicile (1x/sem)
- Coaching alimentaire



#### Radiouse

- 16 séances minceur (2x/sem)
- 8 séances de sport avec un coach privé à domicile (1h/sem)
- Coaching alimentaire
- Suivi alimentaire



#### Sublime

- 24 séances minceur (2x/sem)
- 12 séances de sport avec un coach privé à domicile (1h/sem)
- Coaching alimentaire
- Suivi alimentaire
- 1 accessoire de sport
- 1 produit minceur

Programme de 1 mois  
à 699 €

Programme de 2 mois  
à 1280 €

Programme de 3 mois  
à 1900 €



# Côté Assiette

## Poulet au citron rapide et facile

pour 4 personnes 4 blancs de poulet • 2 citrons verts • 1 c.à.s d'huile de colza • 2 pincées de piment de Cayenne • graines de coriandre • huile d'olive • sel et poivre



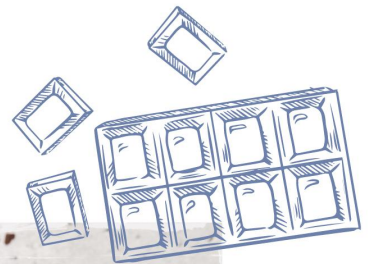
- Pressez les citrons.
- Dans un plat, disposez les blancs de poulet et arrosez-les de jus. Ajoutez l'huile.
- Concassez quelques graines de coriandre et ajoutez-les. Parsemez de piment, mélangez bien, salez et poivrez. Recouvrez d'un film alimentaire et placez le tout au réfrigérateur 1h.
- Chauffez de l'huile dans une poêle antiadhésive, et faites-y dorer sur feu vif les blancs de poulet égouttés.
- Dès coloration, réduisez à feu doux et poursuivez la cuisson 10 min. Déglacez avec la marinade (ajoutez un peu d'eau si nécessaire) et laissez réduire.
- Servez & dégustez !

## Mousse au chocolat légère

pour 6 personnes

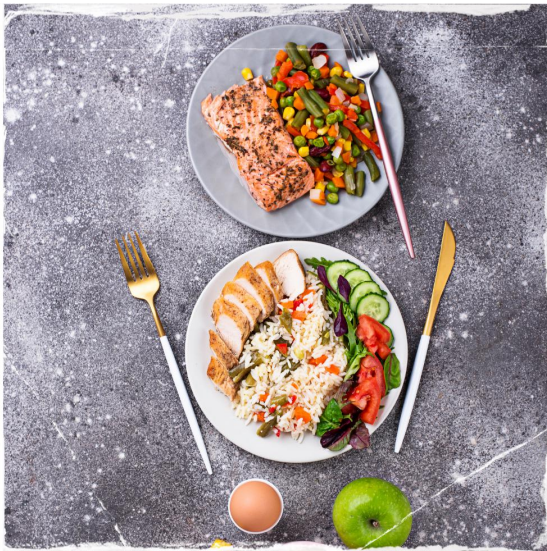
6 œufs extra frais • 200 g de chocolat noir

- Faites fondre le chocolat noir coupé en morceaux dans une casserole au bain-marie.
- Pendant ce temps, séparez les blancs des jaunes d'œufs. Placez les jaunes et les blancs d'œufs dans deux saladiers distincts.
- Quand le chocolat est bien fondu, ajoutez-le aux jaunes d'œufs dans le saladier et remuez bien. Réservez.
- Montez les blancs d'œufs en neige bien fermes, dans l'autre saladier, à l'aide d'un batteur électrique.
- Incorporez-les délicatement à la préparation au chocolat à l'aide d'une spatule.
- Placez le saladier au frais et laissez refroidir la mousse au chocolat pendant 3 heures minimum avant de déguster.



Faites-vous

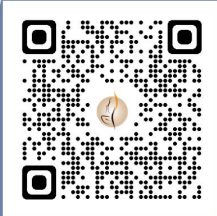
*Plaisir !*



Besoin d'un coup de pouce  
pour rééquilibrer votre  
alimentation ?

Isabelle est là pour vous  
aider !

Également diplômée en  
coaching diététique, elle  
vous apportera les réponses  
à vos besoins en fonction de  
votre profil !

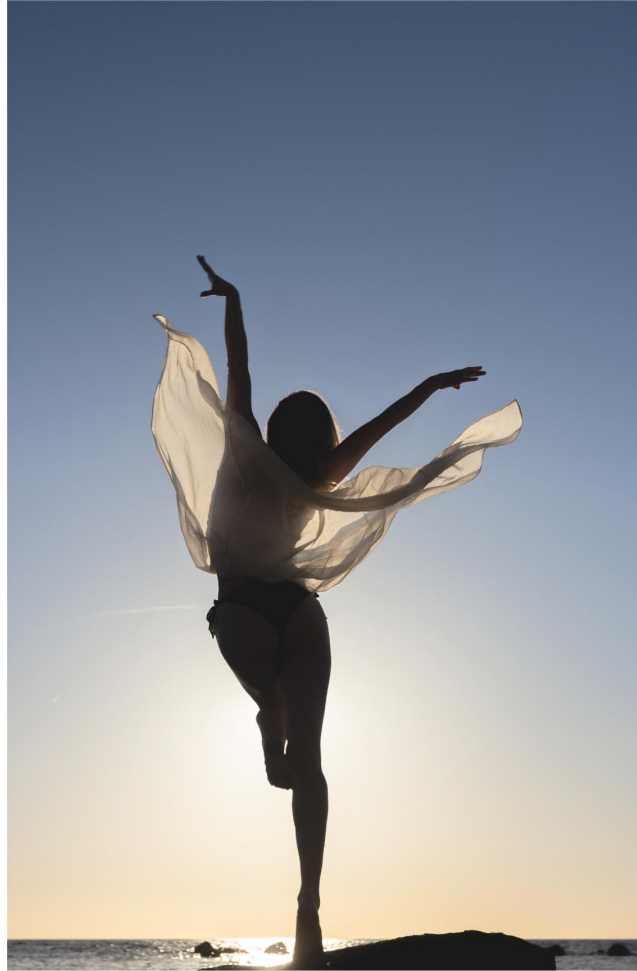


Retrouvez les infos  
concernant le coaching  
diététique en scannant ce  
code !



tout en gardant la ligne

# motivation



Tout changement est difficile au  
début, compliqué au milieu et  
magnifique à la fin

• *Robin Sharma* •





# Terrasensoria

## *vous informe*

- ✦ Suite à de nombreuses annulations en ligne à la dernière minute et à la non présence en institut lors de rendez-vous, nous sommes contraintes de mettre des mesures en place.
- ✦ Un acompte de 30 % de votre prestation est désormais obligatoire pour chaque prise de rendez-vous (que ce soit directement à l'institut ou sur notre site de réservation en ligne).
- ✦ Si vous n'êtes pas présent(e) le jour de votre rendez-vous ou si vous n'avez pas annulé votre rendez-vous au moins 48 heures à l'avance, votre acompte sera dû.
- ✦ Nous nous réservons le droit de ne plus vous accepter dans notre institut après plus de 3 absences.

*Merci pour votre compréhension*

# Terrasensoria

UN INSTITUT DE BEAUTÉ  
OÙ L'ON S'OCCUPE DE VOUS,  
OÙ L'ON S'OCCUPE DE TOUT !



lundi, mercredi, jeudi et vendredi	9h • 19h
mardi	14h • 19h
samedi	8h • 13h

UNIQUEMENT SUR RENDEZ-VOUS

4 RUE DU 19 NOVEMBRE 68640 WALDIGHOFFEN • 03 89 70 13 70 • CONTACT@TERRASENSORIA.FR • WWW.TERRASENSORIA.FR



Terrasensoria



BOUTIQUE ET  
RESERVATION EN LIGNE



Terrasensoria  
*minceur*



RETROUVEZ-NOUS SUR  
LES RESEAUX SOCIAUX