

# Plaisirs

D'ILE DE FRANCE

N°1 Supplément du  
magazine LE POINT • n°1621  
du Vendredi 10 Octobre 2003

**Le Point**

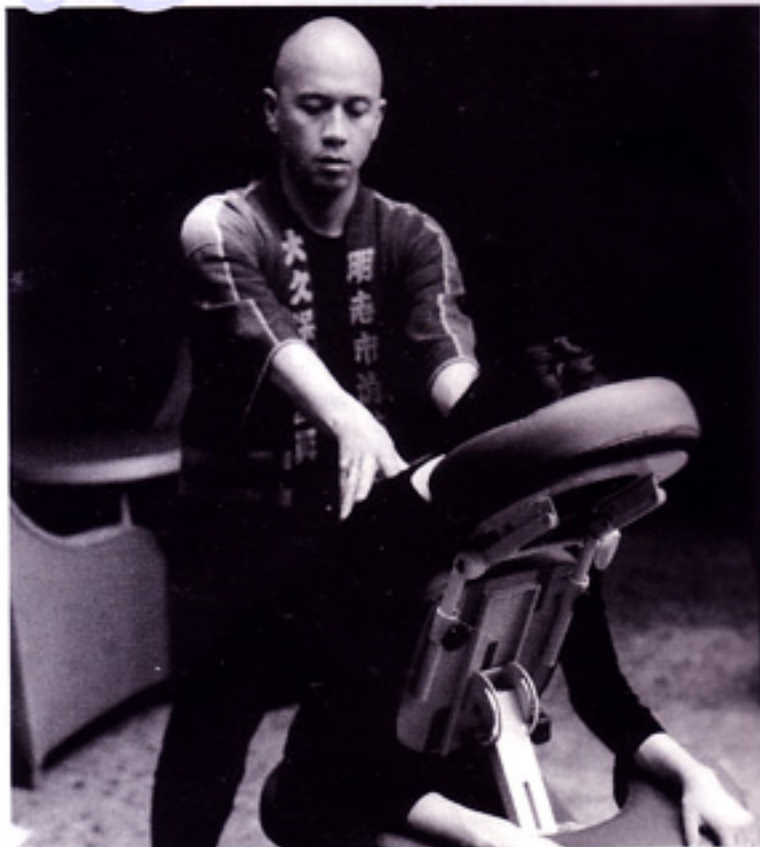
EN PLEINE *forme*

## Le "Ho" du dos... et des pieds

Les vacances semblent tellement loin ! L'hyperactivité parisienne a déjà eu raison du teint abricot que nous cherchions désespérément à prolonger et seule notre irritabilité dans les embouteillages nous redonne des couleurs. Il est déjà temps de souffler, de retrouver un corps apaisé et de prendre soin de soi. Mais par quoi commencer ? Faire du sport ? Il fait froid ! La salle de Gym ? Non, on n'est pas en février non plus ! Se faire masser à domicile ? C'est possible ça ? C'est même de plus en plus prisé.

Lambert Ho est masseur dans un restaurant parisien très branché, l'Alcazar du très chic Terence Conrad. Lors des Brunchs du dimanche, il s'est fait une belle clientèle de "contractés". Devant

le succès et les demandes, il a décidé de donner des séances de réflexologie à domicile. Ces séances de relaxation – car seuls les kinés diplômés d'état ont droit de pratiquer le massage thérapeutique – puisent leurs origines au Japon, en Inde ou en Chine. Lambert Ho propose lui des massages japonais sur sa chaise ergonomique (très répandu à New-York), pratique la réflexologie plantaire ou vient avec son matelas de mousse bleu vous masser à même le sol de votre salon. Une journée de stress, d'angoisse, d'enfants qui crient, d'embouteillage qui s'envolent durant 75 minutes de détente. Par pression des pouces, des mains, des coudes sur les méridiens vous re-



trouvez la quiétude puis l'énergie que vous aviez sur les plages. C'est révolutionnaire ! ALIX GUILLAUME

Lambert Ho  
Tél : 06 62 89 43 75