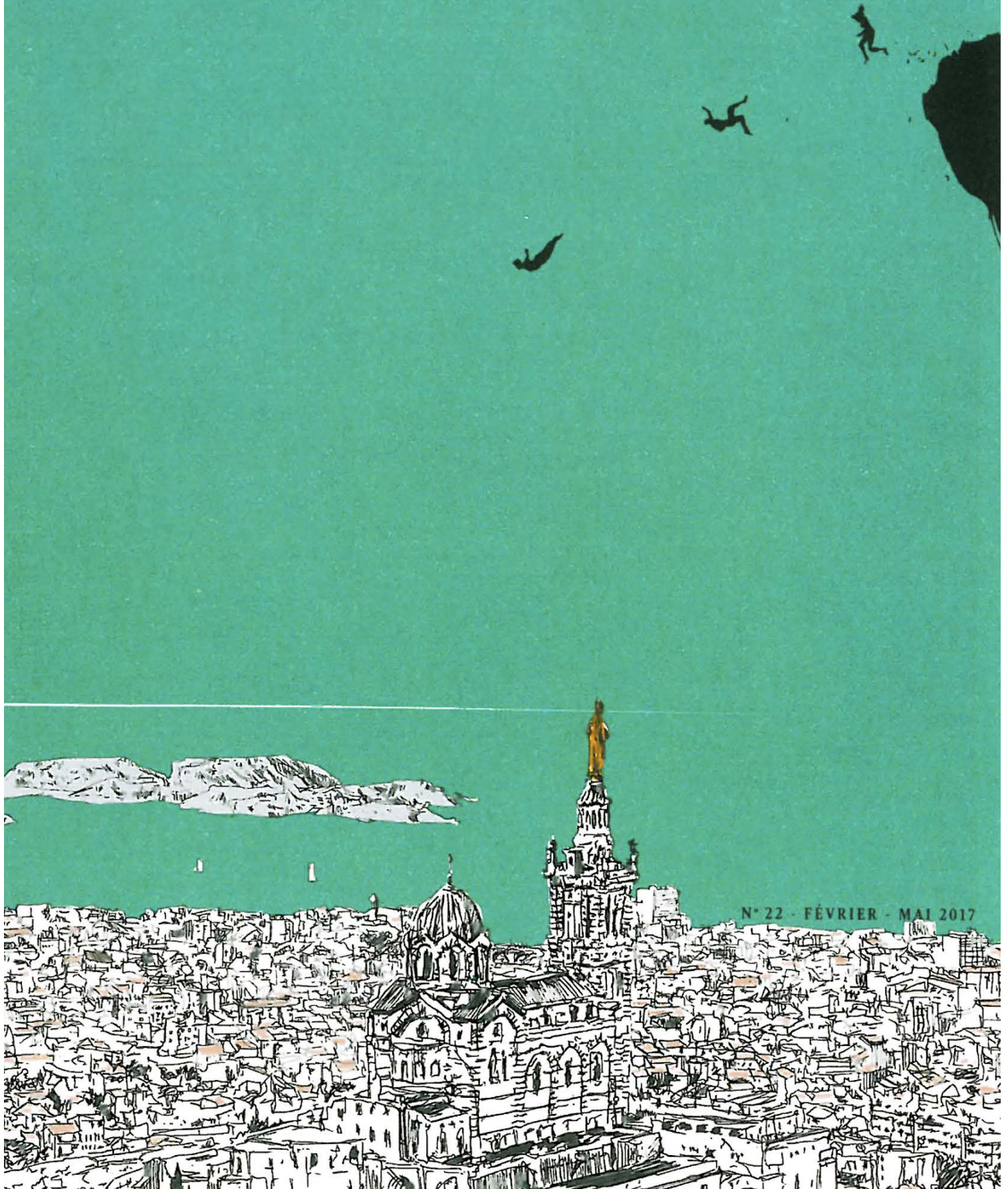


TERRASSEENVILLE

CULTURE ADRESSES SORTIES DECO IMMOBILIER



N° 22 - FÉVRIER - MAI 2017



JE SUIS BIEN

JE SUIS IO

En plein cours de Cloud Yoga, accrochée à un hamac, tête en bas, je savoure le concept du journalisme d'immersion.

Non je ne suis pas partie en stage dans un ashram indien mais chez « Io », la nouvelle adresse de sport / bien-être à Marseille.

Cours Pierre Puget, dans un espace de 500m² à la déco chaleureuse et soignée, très loin du club de fitness, on se sent presque à la maison.

Bénédicte, la fondatrice de « Io », ancienne danseuse, chorégraphe et spécialiste de Pilates rêvait depuis longtemps d'un lieu qui casse les codes du club de sport.

Prendre le corps dans sa globalité de l'activité sportive intense (celle qui fait transpirer) aux pratiques connexes plus douces : yoga, pilates, barre au sol en passant par des pratiques aidant à la récupération : sauna japonais, massages, shiatsu...ou à la réparation : ostéopathe, diététicien, art-thérapeute. Il vous suffira de télécharger la petite appli « je suis io » pour réserver un des 60 cours ou prendre rdv.

Cerise sur le gâteau, un immense patio ouvert sur le salon dans lequel on pourra entre deux cours admirer une exposition ou manger un morceau.

AL de Villard

jesuisio.com

77 cours Pierre Puget Marseille 13006

Tel : 04 91 02 39 60

BRIC À LIVRES

l.o.v.e

Du nouveau du côté des libraires, c'est sur le cours Joseph Thierry que Fabien et Alexis se sont installés depuis le mois d'octobre.

Ces deux passionnés de livres fraîchement débarqués du Québec, ont décidé de créer une boutique entièrement dédiée aux livres d'occasion. Du roman policier au livre sur la poésie érotique, il y a un rayon pour tout et pour tous. Chaque livre est répertorié et les deux compères sont intarissables quant il s'agit de vous orienter vers tel ou tel livre du moins cher au plus rare.

Leur petit truc en plus, mixer les rayons de livres d'occasion avec la vente d'objets chinés au hasard de leurs rencontres. A chaque rayon correspond un type d'objet comme cette louche en argent au rayon cuisine ou ce vieux Pinocchio au rayon enfant.

Dans la vitrine qui change tout les mois, on aime à casser les codes : livres présentés selon la couleur de la jaquette, thématiques d'actualité, focus sur un artiste, c'est selon l'envie du jour.

Fan de tablette passe ton chemin, mais si tu aimes la bonne odeur du papier, cette adresse est pour toi. **AL de Villard**

32 cours Joseph Thierry / 06 51 59 20 27