



## CRYOTERA, LE BIEN-ÊTRE PAR LE FROID



Installé à Bezannes depuis 9 ans, Cryotera s'est imposé comme un acteur incontournable du bien-être et de la santé par le froid. Centre pilote du réseau national de franchises Cryotera, aujourd'hui leader français de la cryothérapie avec plus de 20 centres, il allie technologie, expertise et accompagnement personnalisé.

### La cryothérapie, c'est quoi ?

La cryothérapie corps entier, pratiquée dans une chambre à  $-110^{\circ}\text{C}$ , utilise un froid sec sans azote pour des effets thérapeutiques et esthétiques. Accessible à tous (sauf contre-indication cardiovasculaire), elle agit sur de nombreux troubles : douleurs articulaires (arthrose, tendinites, rhumatismes...), troubles du sommeil, récupération musculaire chez les sportifs, qu'ils soient amateurs ou professionnels (Stade de Reims, Champagne Basket, CREPS...).

### Et ça marche ?

Reconnue pour son sérieux, Cryotera est la structure privée française la plus active en recherche sur la cryothérapie, avec une vingtaine de publications scientifiques et une thèse universitaire soutenue en 2023. Son comité médical composé de spécialistes rémois veille à la rigueur des pratiques. Le centre est également le seul organisme de formation certifié par l'État dans ce domaine.

### Quelle actualité chez Cryotera ?

Soucieuse du bien-être en entreprise, Cryotera développe des partenariats avec les CSE

(Comités Sociaux et Économiques ou Comités d'entreprise) et propose des programmes de prévention des troubles musculosquelettiques et d'amélioration de la qualité de vie au travail. Actuellement, une séance découverte est offerte à chaque membre de comité d'entreprise, afin qu'ils puissent tester les prestations avant de les proposer à leurs collaborateurs. Le partenariat permet aux salariés de bénéficier de prix très privilégiés tout au long de l'année. La ville de Reims, des maisons de champagne et des petites PME profitent de ces offres tout au long de l'année ! C'est accessible à toutes les entreprises, peu importe la taille !

### Le froid fait-il maigrir ?

Faux ! En revanche, la cryolipolyse, autre technique proposée au sein du centre, est une méthode d'amincissement reconnue permettant de réduire les amas graisseux localisés. Les cellules graisseuses n'aiment pas le froid : après une heure de stimulation, un processus naturel d'apoptose (mort cellulaire) s'enclenche, ciblant directement le bourrelet traité. C'est très efficace... à condition d'adopter une bonne hygiène alimentaire en parallèle !

### Et si je n'aime pas le froid ?

Cryotera propose aussi la pressothérapie, un massage mécanique stimulant la circulation sanguine et lymphatique. Idéale pour les jambes lourdes ou les problèmes lymphatiques, notamment chez la femme, c'est une alternative douce et très relaxante.

Avec Cryotera, le froid devient synonyme de bien-être, de performance et d'équilibre durable.

#### Tarifs indicatifs :

Cryothérapie corps entier : 25 € à 42 €  
Pressothérapie : 12,50 € à 25 €  
Cryolipolyse : 165 € à 200 €



03 26 77 97 50



[www.cryotera.fr](http://www.cryotera.fr)



2 rue Jules Méline 51430 Bezannes

#### Horaires d'ouverture

Lundi au vendredi de 9h00 à 19h00  
Samedi de 10h00 à 12h30  
et de 14h00 à 18h00