

**PATCHS CHAUFFANTS – URGO**

Grâce à ses composants naturels (charbon et poudre de fer), ce patch Urgo libère au contact de l'air une chaleur constante et apaisante au cœur de la zone douloureuse. Il soulage courbatures, torticolis et autres douleurs articulaires. Utilisé à même la peau, il reste efficace pendant 8h.

**Le + :** très souple, son support adhésif permet de conserver une parfaite liberté de mouvements

Prix : 7,30€ la boîte de 2 patchs

Pour en savoir plus : [www.urgo.fr](http://www.urgo.fr)  
+33 380 54 50 00



**UNE GAMME ÉCOLO - JEEWIN**

Jeewin propose une gamme éco-responsable de soins conçus pour les sportifs. Ces produits sont fabriqués en France, sans paraben et conditionnés dans des emballages recyclables. La **crème chauffante** mêle beurre de karité, l'huile de pépin de raisin, huiles essentielles d'eucalyptus, pin et romarin camphré. Idéale par temps froid, elle procure une sensation durable de chaleur et évite les accidents musculaires. Après l'effort, **Intense Relaxation** est une crème riche en menthol rafraîchissant et en puissantes huiles essentielles décontractantes (cajepout, camphre, girofle). La marque propose aussi une crème et une huile pour soulager les douleurs musculaires à base d'arnica.

**Le + :** ces produits existent en petit format pratiques à glisser dans le sac

Prix : de 5,95€ à 12,95€

Pour en savoir plus : [www.jeewin.fr](http://www.jeewin.fr) - 01 43 42 17 30



**L'ARNICA ET LE CUIVRE – WELEDA**

Cette **huile de massage** Weleda associe l'arnica avec des extraits de feuilles de bouleau bio qui favorisent l'élimination de déchets métaboliques responsables des courbatures, de l'huile d'olivier et de tournesol pour nourrir la peau et enfin une touche d'huiles essentielles de lavande et de romarin pour un parfum tonifiant. En complément, Weleda propose un **gel tonique** pour soulager les jambes lourdes associant cuivre, hamamélis, arnica et prunellier.

**Le + :** une huile double emploi qui s'utilise avant en frictions rapides pour limiter les contractions. Et après, en massages amples et lents pour accélérer la récupération musculaire

Prix : 11,30€ en 100ml d'huile, 10,65€ le gel

Pour en savoir plus : [www.weleda.fr](http://www.weleda.fr)

# CHAUFFE qui peut...

**Courbatures, jambes lourdes, douleurs articulaires,...** Vos lendemains de course sont douloureux ? Il existe une panoplie de crèmes, gels et huiles de massage chauffantes destinés à préparer vos muscles avant l'effort et à mieux récupérer. Suivez le guide !

**HUILE DU SPORTIF – FOUCAUD**

Huiles végétales de noisette et d'olive pour nourrir et assouplir la peau, orange douce-amère du Brésil, un zeste de citron d'Italie, de la lavande, du thym, du romarin et du camphre pour cette huile du sportif signée Foucaud qui s'applique en amples massages.

Prix : 13€ le flacon de 50ml d'huile du sportif

**Le + :** un effet chaud/froid tonifiant et un parfum délicat

Foucaud, c'est aussi la célèbre Friction qui n'a pas changé depuis 60 ans. C'est un concentré en huiles essentielles et en extraits naturels, sans conservateur. Un vrai geste tonifiant à appliquer en va-et-vient rapide, avant comme après le sport.

**Le + :** existe en spray, pratique à transporter

Prix : 19€ le flacon en verre de 250ml, 17,60€ le spray de 125ml

Pour en savoir plus :  
Laboratoire Merle :  
01 56 79 07 93

