

CAHIER COACH : RENFORCEZ VOS CUISSSES

**LECONS DE MODE
OPTÉZ POUR
LE LOOK BIKER**

MIEUX VIVRE AU MASCULIN

Men's Health

FÉVRIER 2011 - MENSHEALTH.FR

OBJECTIF FORME

**FUTUR PAPA
VOTRE GUIDE
EN 10 ÉTAPES
P. 68**

23 RÈGLES POUR UNE SANTÉ DE FER

10 EXERCICES POUR UN VENTRE PLAT

L'esprit Men's Health
**GARRETT
HEDLUND**
LA STAR DE
TRON : L'HÉRITAGE

TOMER SISLEY
VOTRE COACH PERSONNEL
POUR DEVENIR LARGO WINCH

**OSEZ LA THALASSO
SPÉCIAL HOMME!**
P. 46

**5 BONS PLANS POUR
RÉUSSIR VOTRE SAINT-VALENTIN!**

**SPÉCIAL
NUTRITION**
LES BIENFAITS
DU RÉGIME ACIDE-BASE
TOUT SAVOIR SUR LE SEL
COMBINEZ LES ALIMENTS !

COMMENT PROTÉGER VOTRE DOS

UN MAGAZINE DU GROUPE 1633

M 03046 - 27 - F: 3,90 €





STRELLSON
(350 €)
www.strellson.com



HENRY COTTON'S
(429 €)
www.henrycottons.it



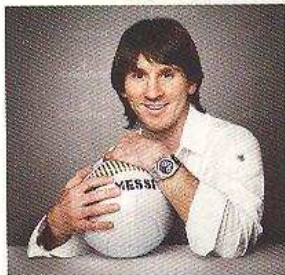
COACH
(275 €)
En exclusivité au Printemps
01 42 82 43 35

SERVICES

Infos de dernière minute

DU FOOT AUX MONTRES

Soulier d'or 2010, champion de La Liga avec le FC Barcelone, Lionel Messi devient le nouvel ambassadeur des montres Audemars Piguet. Il ne faudra donc pas être surpris de le croiser en Suisse, entre deux matchs, lorsqu'il ira visiter les ateliers de la manufacture horlogère.
www.audemarspiguet.com



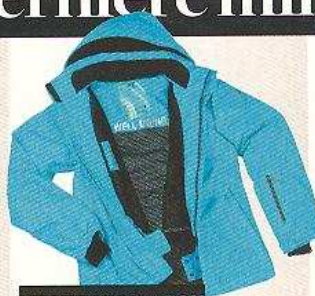
L'AMBASSADE DU VICOMTE

Après avoir signé le plus gros carton mode de l'été dernier avec ses polos « de polo » colorés et bien coupés, Vicomte A. ne cesse de se développer en ouvrant à tour de bras de nouvelles ambassades. La dernière en date est en plein cœur du mythique Saint-Germain parisien. Vous y découvrirez l'ensemble des collections allant des polos, *of course*, aux pantalons, en passant par les vestes, chemises, pulls, etc.
40, rue du Dragon, Paris 6^e.



POUR LES CHAUSSURES DE MONSIEUR

Blake & Goodyear n'est autre qu'un *concept store* inédit, exclusivement consacré aux chaussures de luxe pour hommes. Cette enseigne multimarques (Church's, Crockett & Jones, Santoni, Stefanobi...) est aussi un lieu d'échanges entre passionnés appartenant au même club, qui philosophe sur leurs souliers, non loin d'un salon-cireur.
46, rue de Longchamp, Paris 16^e.



VESTE HIGH TECH

Lafuma innove dans le domaine des tissus intelligents avec le Well-Doing, une technologie permettant de profiter des effets bénéfiques des ions négatifs et des infrarouges sur l'organisme, en favorisant l'élimination des toxines et la récupération musculaire. Comment ? Avec une encre argent sous forme de pastilles enduisant un tissu-support. Sur cette veste, c'est l'empiecement intérieur au dos qui est en Well-Doing.
390 €, du XS au XXL.



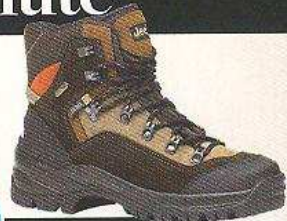
HECHTER SUR MESURE

À l'occasion du premier anniversaire de sa boutique de la rue Marbeuf à Paris, Daniel Hechter lance son service de chemises sur mesure. Au programme, plus de 50 cotons, 6 formes de col, 4 de poignets – pour le côté style – et broderies, boutons en nacre de couleur – côté personnalisation.
À partir de 149 €.
38, rue Marbeuf, Paris 8^e.



DÉDIÉE AUX TRIATHLÈTES

La nouvelle Gel-Noosa Tri 5 de Asics s'impose comme la chaussure du triathlète. Utilisant le nom du champion australien, elle propose un laçage asymétrique pour une meilleure tenue, des lacets élastiques pour gagner du temps et peut se porter sans chaussettes, encore pour gagner du temps dans les phases de transition.
249 g, 115 €, du 36 au 48.



JEEP, LE PIED

Chez Jeep, il n'y a pas que des voitures tout-terrain. On peut aussi se chauffer Jeep, à condition d'aimer les activités *outdoor* et d'avoir un côté baroudeur. Comme les voitures, les chaussures Jeep sont tout-terrain. Un bel exemple avec le modèle Kariba.
100 €, du 39 au 46.



LES BOUCHERS À LA MODE

Pour se lancer, Refrigiwear s'est tout d'abord inspiré des longues vestes des bouchers du Meatpacking District, un quartier new-yorkais devenu très branché. Aujourd'hui, la marque est un must en hiver et se diversifie avec différents modèles, dont celui-ci en coton pour l'été, avec cette fermeture originale inspirée d'un nœud marin.
299 €, du S au XL.



BALLY, UNE DE PLUS

Pour ceux qui ne le sauraient pas encore, Bally est redevenue une marque tendance. Une raison suffisante pour la voir ouvrir une boutique supplémentaire dans la prestigieuse et très branchée rue Saint-Honoré. Plus de 200 m² sur deux niveaux, un formidable écrin pour les collections homme et femme.
60, rue Saint-Honoré, Paris 1^{er}.