

Crazy Girls

La sexy-attitude, c'est tout un art que les danseuses du Crazy Horse maîtrisent à la perfection ! Sport, régimes, produits cultes : *Be* a rencontré ces pros du glam en coulisse pour vous livrer tous leurs secrets.

Par Alice Elia. Photos Diana Lui pour *Be*.

LIV MEENOT,
LA PLUS CHARMEUSE

■ **SON PROFIL** 22 ans, française, brune aux cheveux bouclés, un teint diaphane. La belle est aussi mannequin chez Karin Models, et sera le visage du nouveau parfum Rochas à la rentrée.

■ **SON RÉGIME PLAISIR** Plutôt relax. Liv s'autorise l'équivalent d'un moelleux au chocolat par semaine et une vraie portion de fromage par jour. En revanche, pour garder son poids under control, elle se prépare chaque matin son repas principal, un trio légumes-féculeux-protéines, sans aucune matière grasse. Son truc pour relever le goût des légumes cuits à la vapeur ? Les saupoudrer d'un peu de parmesan.

■ **SA BODY DISCIPLINE** Une activité physique par jour (danse, yoga ou séance d'elliptique au Club Med Gym) + une demi-heure de barre au sol chaque soir avant le show. Les jours de speed, quelques mouvements dans sa loge, tirés de la *Méthode de musculation au féminin* d'Olivier Laffay (éd. Amphora), une batterie d'exercices hyper efficaces conçus pour pouvoir être exécutés sans accessoire et dans un espace réduit.

■ **SA COSMÉTO FÉTICHE** Pour sa peau sensible, un démaquillage avec Créaline H2O de Bioderma, qui vient même à bout de la colle à faux cils. Puis application de la Crème Réparatrice Fleurs Blanches de Sentara, la marque green qui cartonne de la maquilleuse Mayia Alleaume. Également dans son vanity : du vernis rouge néon (Red My Fortune Cookie d'OPI) et de la Crème de Huit Heures (Elizabeth Arden) pour hydrater les lèvres.

PHOTOS: DIANA LUI POUR *BE*.

Beautiful!

