

RUN, FIT & FUN

MAGAZINE

Run

Fit

Fun

News

Du côté de chez Fred

Test

Elle et Lui +

Frédéric Brossard / 2 septembre 2015 / Du côté de chez Fred

Baume des Titans rouge : chaud-froid en stick ...



Issu des traditions et principes de la **médecine chinoise** mais adapté aux normes et à la législation françaises, le **Baume des Titans** (en version Rouge) des **Laboratoires Bimont** se présente sous la **forme d'un stick** (oui, comme les x tubes de colle que vous allez devoir acheter à vos enfants pour la rentrée) bien pratique pour soulager les douleurs musculaires. Il pourrait également être utilisé en cas de fatigue générale avérée, mais je ne l'ai pas testé dans cette optique ni dans celle de « réchauffement de l'énergie Yang du rein ».

Son application cutanée est donc d'une rare simplicité et ne nécessite pas qu'on y mette ... les mains. Il suffit de frictionner directement la zone un peu rétive avec le bout du stick. Et là, immédiatement, c'est le double effet ... **Baume des Titans**. Un petit coup de chauffe bienvenu pour réveiller le muscle et démarrer sa séance d'entraînement suivi, après quelques temps, d'un gros coup de froid qui fait du bien par où il passe.

J'ai utilisé ce baume à maintes reprises cet été pour soulager mes douleurs récurrentes aux genoux et je dois avouer qu'il est **diablement efficace**. Qu'on se comprenne bien : il ne guérit pas une pathologie établie mais permet d'en atténuer temporairement les séquelles. L'effet chauffant, particulièrement prégnant, « décoince » la mécanique et autorise le déclenchement des hostilités sportives dans de bonnes conditions, sans avoir l'impression de forcer sur des engrenages grippés. L'effet froid, comparativement un peu moins ... titanique mais néanmoins sensible, prolonge pendant un temps non négligeable la phase « chouette, je n'ai pas mal aux genoux aujourd'hui, l'extase ! ».

Bref, voilà un baume apaisant bien sympathique, pas très cher (9 €) en plus, non seulement, efficace (heureusement) mais également très pratique à utiliser. Que demander de plus ?

En vente sur le site des laboratoires Bimont ([ici](#)) ou chez les revendeurs agréés ([ici](#)).

Suivez nous sur Twitter

Tweets Suivre

Run Fit Fun @runfitfun 2 Sept
Rentrée des classes... Je suis allée chercher mes livres, j'ai taillé mes crayons et nettoyer mon... [instagram.com/p/7Hr-ayt3fN/](https://www.instagram.com/p/7Hr-ayt3fN/)

Run Fit Fun @runfitfun 30 Août
UTMB 2015 : Chronique d'un échec pas forcément annoncé... #UTMB [wp.me/p5scYR-l2](https://www.wp.me/p5scYR-l2) via @Barbierunning
Afficher le Résumé

Run Fit Fun @runfitfun 28 Août
Je vous présente Victor la nouvelle mascotte de l'UTMB ! #utmb #columbia [instagram.com/p/667wm9t3aG/](https://www.instagram.com/p/667wm9t3aG/)

Tweeter à @runfitfun

Instagram

