

La santé et le bien-être par les massages

Les Massages :

En résumé. Les bienfaits du massage sont :

Prévention des crampes, contractures et courbatures, une meilleure circulation sanguine, drainage des acides lactiques engorgés dans les muscles, détente et bien-être et contribue à une meilleure hygiène de vie

Massage partiel	(30 min) dos-nuque ou jambes- bas du dos	60.-
Massage complet I	(50 min) jambes-dos-nuque	80.-
Massage complet II	(70 min) jambes-dos-bras-ventre-visage-nuque	120.-
Massage pure détente	(45 min) jambes-dos-bras-ventre-visage-nuque	60.-

Méthode Dorn et Massage Breuss

La thérapie vertébrale de Dieter Dorn est un traitement doux des vertèbres et des articulations. Ce massage neuromusculaire peut être utilisé pour traiter des problèmes qui sont directement ou indirectement en lien avec la colonne.

Le massage Breuss, est un soin délicat, énergétique de la colonne vertébrale qui se pratique avec de l'huile de Millepertuis.

Méthode Dorn et Massage Breuss (60 min)	80.-
---	------

Hot Stones/ Massage aux pierres chaudes

Le toucher par le massage Hot Stones permet des prises de conscience et des transformations de l'état physique, émotionnel, de la personne, le massage provoque un stimulus intérieur, qui induit le relâchement des tensions. Le lâcher prise permet donc de se détendre, de laisser tomber les stratégies de défense, à savoir les tensions du corps, qui sont également les masques mis sur nos fragilités.

Hot Stones/ massages aux pierres aux pierres chaudes (75 min) 120.-

Pantha Jama/ Massage aux pochons

Pantha Jama, massage aux pochons d'herbes, stimule le système immunitaire, améliore la qualité de la peau et crée une profonde et bienfaisante décontraction. Simplement en chauffants les pochons, les herbes et les plantes aromatiques développent toutes vertus, pour un résultat bénéfique.

Pantha Jama / Massages aux pochons (90 min) 120.-

Réflexologie plantaire

L'art de la réflexologie consiste à masser les pieds pour apaiser certains maux et tensions. Il existe au niveau du pied, des points manuellement, on peut soulager la douleur, faciliter l'élimination des toxine.

Réflexologie plantaire (50 min) 60.-

Enveloppements et gommages

Soins Jambes légères Enveloppement Fraîcheur Menthe

Soins pour jambes lourdes, fatiguées, améliorations de la circulation.

Enveloppement avec la menthe- rinçage à la douche- massage enveloppant.

Durée (60 minutes)

Prix:

120.-

Les rituels des terres du Sud

Renouer avec les traditions ancestrales qui associent la relaxation du corps et de l'esprit.

- Gommage au savon noir et Kessa du corps et visage, enveloppement au Rassoul et Massage relaxant.

Durée : (90 minutes)

Prix:

140.-

- Gommage au savon noir et Kessa du corps et visage, enveloppement au Rassoul, immersion dans le bain et massage relaxant.

Durée : (120 minutes)

Prix:

170.-