

Les massages



Massage Californien

Un massage relaxant avec des mouvements longs et fluides pour détendre les muscles et apaiser l'esprit.

1h - 60 €



Massage Balinais

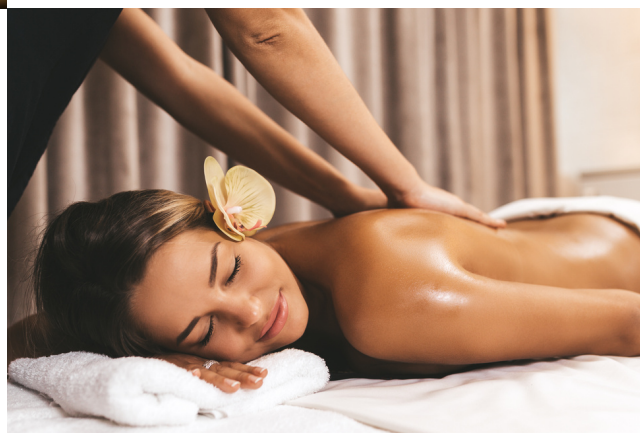
Un massage traditionnel de l'île de Bali, en Indonésie, qui combine des techniques de pétrissage, d'étirement et de pression pour favoriser la détente et le bien-être.

1h30 - 70 €

Massage Lomi Lomi

Un massage hawaïen qui utilise des mouvements fluides et rythmiques pour détendre les muscles et l'esprit.

1h - 70 €



Drainage Lymphatique

Un massage traditionnel de l'île de Bali, en Indonésie, qui combine des techniques de pétrissage, d'étirement et de pression pour favoriser la détente et le bien-être.

1h - 70 €

Massage Deep Tissue

Un massage qui cible les muscles profonds pour soulager les tensions et les douleurs chroniques.

1h - 60 €



Massage Chi Nei Tsang

Le Chi Nei Tsang est une technique de massage qui se concentre sur la région abdominale pour libérer les tensions, améliorer la digestion et favoriser le bien-être général.

40min - 40 €

Visage japonais

Un massage du visage d'inspiration japonaise qui peut inclure des mouvements de pression et de drainage lymphatique pour améliorer la circulation et la détente.

1h - 60 €



Massage ayurvédique

Issu d'une ancienne pratique indienne, il vise à équilibrer le corps et l'esprit en utilisant diverses techniques de massage pour favoriser la détente, la circulation et la santé globale.

1h30 - 75 €



Massage Femme Enceinte

Spécialement conçu pour les femmes enceintes à partir de 3 mois. Il permet de soulager les maux de dos, réduit le stress et favorise la relaxation tout en garantissant la sécurité de la mère et du bébé.

1h - 65 €

Massage Bébé

Une méthode douce et rythmée qui renforce le lien entre les parents et leur nourrisson, favorise la relaxation du bébé, soulage les coliques et stimule le développement sensoriel.

45min - 65 €



Massage Amma

Le massage Amma est une technique japonaise qui utilise des pressions précises sur les points d'acupression pour détendre le corps, soulager le stress et stimuler l'énergie vitale.

20min - 35 €



***Possibilité de faire les massages à 4 mains (avec 2 praticiennes). 1H - 100 €**

***Possibilité de faire les massages en duo, en couple ou entre amis. 1H15 - 150€**

La réflexologie



La reflexologie bien-être

Introduction

Les massages de réflexologie offrent une approche de bien-être axée sur les pieds, les mains et parfois les oreilles.

Contrairement à la réflexologie thérapeutique qui vise à traiter des problèmes de santé spécifiques, ces massages visent principalement à favoriser la **détente**, à **soulager le stress** et à améliorer la circulation énergétique du corps. Ils sont conçus pour offrir une **expérience apaisante** qui favorise l'équilibre et la relaxation globale, en ciblant des zones réflexes spécifiques pour stimuler le bien-être physique et mental.

Explorez le monde apaisant des massages de réflexologie pour échapper au stress quotidien et revitaliser votre corps et votre esprit.

Reflexologie plantaire 45MIN - 50 €

- Technique qui se concentre sur les pieds
- Réduit le stress
- Rétablit l'équilibre énergétique du corps
- Améliore la circulation sanguine
- Soulage les problèmes digestifs et articulaires



La madérotérapie



La madérothérapie

Introduction

La madothérapie, également connue sous le nom de "massage aux bambous" est une technique de massage qui utilise des bâtons de bambou pour masser le corps. Cette méthode de massage a des origines anciennes, notamment en Asie, et est devenue populaire dans le monde entier car souvent utilisée comme pour réduire l'apparence de la cellulite.

Les bienfaits

01.

Stimulation de la circulation sanguine

L'utilisation de bâtons de bambou pour effectuer des mouvements de massage sur les zones de cellulite stimule la circulation sanguine et lymphatique, favorisant ainsi l'élimination des toxines et des déchets accumulés dans les tissus.

02.

Réduction de la rétention d'eau

La madothérapie peut aider à réduire la rétention d'eau, un facteur qui peut contribuer à l'apparence de la cellulite. En favorisant la circulation lymphatique, le massage aux bambous peut aider à éliminer l'excès de liquides des tissus.

03.

Rupture des amas graisseux

Certains mouvements spécifiques de la madothérapie, comme le pétrissage et le roulement, peuvent aider à briser les amas graisseux sous la peau, ce qui peut réduire l'apparence de la cellulite.

04.

Tonicité de la peau

En stimulant la circulation sanguine et en favorisant l'élimination des toxines, la madothérapie peut contribuer à améliorer la tonicité de la peau, ce qui peut réduire l'apparence de la cellulite et rendre la peau plus lisse et plus ferme.

Comment ?

01.

En cure

Une cure de 10 séances de madérothérapie offre les meilleurs résultats

La dixième séance est offerte en récompense de l'engagement du client.

03.

Massage drainant

Pour optimiser les résultats, alterner les séances de madérothérapie avec des séances de massage lymphatique drainant est une excellente décision. Le nombre de séances requises sera personnalisé en fonction des besoins et de la morphologie du client.

02.

Plusieurs zones

Il est possible de travailler plusieurs zones :

- Bras/ Ventre
- Cuisse/ Fesses
- Visage

04.

Nutrition

En complément de la cure, nous proposons des séances de conseil en nutrition personnalisées. Notre conseillère en nutrition travaillera avec le client pour élaborer un plan alimentaire adapté à vos besoins et à vos objectifs de bien-être.

Détox

2 zones à choisir

- Bras/ Ventre
- Cuisse/ Fesses
- Visage

1h15 - 75 €



Visage

Le massage du visage stimule la circulation et améliorer la texture de la peau. Cela permet de réduire les signes du vieillissement.

30min - 50 €