

MASSAGES AYURVEDIQUES TRADITIONNELS

ABHYANGA:

Soin traditionnel à l'huile de sésame ou coco, chaude, prodigué à l'ensemble du corps.

60 min- 75€

MASSAGE DES PIEDS:

Massage des pieds / réflexologie avec mains et bol Kansu (cuivre), au ghee (beurre clarifié). Massage riche en propriétés.

30 min- 45€

MASSAGE DU DOS:

Massage à l'huile de sésame ou de coco chaude.

30 min- 45€

MAINS ET BRAS :

Massage à l'huile de sésame ou de coco, chaude. Idéal pour les travailleurs manuels.

30 min- 45€

MASSAGE DU VENTRE:

Massage à l'huile de moutarde chaude. Régulateur de transit.

30 min- 45€

VISAGE ET/OU NEZ - MUKHA, NASIA:

Massage à l'huile de sésame, moutarde ou noisette chaude. Décongestionnant, rajeunissant.

30 min- 45€

COMPOSITION LIBRE:

Table, chaise ou futon, temps au choix

Pour plus d'efficacité,
chacun de ces massages peuvent être pratiqués
en cure, de manière régulière:
un par semaine, mois...

SPECIFIQUES



MASSAGE 4 MAINS - PITCHAULI:

Massage à l'huile chaude, accent mis sur les articulations.

40 min- 140€

TAIMABHYANGA:

Massage de la femme enceinte, à l'huile de sésame ou de coco, chaude.

60 min- 80€

SHANTALA:

Massage bébé et enfant en atelier (min 4 pers) ou en individuel.

1h à 1h30- 20€
60 min- 70€

UDVARTANA:

Massage gommant et dynamique du corps à la farine de pois chiches et aux épices bio. Peut se pratiquer en massage 4 mains.

40 min- 85€
40 min- 150€

MASSAGE DES 7 POSTURES,

« SAPTA SITHI »:

Massage énergétique utilisant les techniques de respirations et postures de Yoga.

40 min - 80€

MASSAGE SHASTI:

Massage du corps grâce à un pochon de riz au lait chaud. Peut se pratiquer en massage 4 mains.

40 min - 90€
40 min- 160€

PAGACHAMPI:

Massage des jambes couplé avec celui des pieds.

40 min - 50€

Variante enfant: massage des jambes habillées couplé à des postures de yoga, favorise l'apaisement.

30 min - 45€

MASSAGES DU MONDE

MASSAGES ASSIS AMMA:

Habillé, sur chaise, avec points d'acupression/shiatsu.

30 min - 45€

Ce massage est aussi pratiqué en entreprise, version massage minute de 10 ou 15min, parlez en à vos employeurs.

LOMI LOMI:

Hawaïens, enveloppant avec les avants bras.

40 min - 65€

MASSAGE MUSCULAIRE PROFOND:

Avec points d'acupression et ou point Knapp.

40 min - 70€

ATELIERS

MASSAGE BÉBÉ OU EN FAMILLE:

Apprentissage de différentes techniques de massage bébé enfant et parent: endormissement, soulagement intestinal, éveil des sens, recentrage, ancrage, détente... en atelier (min 4 pers) ou en individuel, pour passer du temps en famille.

1h à 1h30 - 20€ (groupe)
75€ (individuel)

AYURVEDA:

Animation d'ateliers-conférences sur les grands principes de l'ayurveda, ses applications dans le massage, leur bienfaits, techniques d'auto massage, étirement, yoga, se fabriquer des huiles et premiers soins grâce aux plantes...

Entreprises, associations, professions libérales,
contactez moi pour un devis.

Carte de fidélité: votre sixième massage à -20% (hors massages spécifiques)

Carte cadeau: Anniversaire, Noël, Fête des mères des peres, pour faire plaisir (en dépôt boîte à lettres ou envoi électronique.)

Offres en cours, sur le site Internet ou la page Facebook. Professionnels, contactez moi.

