

LES MASSAGES

Les massages sont réalisés avec les produits bio et naturels des marques Phyt's et Bionatural

Allongé(e) sur un matelas chauffant, lâchez prise avec les massages du corps.

L'huile utilisée est chauffée pour plus de confort.

DURÉES DES MASSAGES CALIFORNIEN, AYURVÉDIQUE ET AROMA PHYT'S COCOON

30 ou 45 minutes : massage de la face postérieure du corps, dos et arrière des jambes

1h : massage de la face postérieure du corps, dos et arrière des jambes et des bras

1h10 : massage de la face postérieure du corps, dos et arrière des jambes, des bras et du visage

MASSAGE CALIFORNIEN, la détente par excellence

Véritable massage de détente qui enveloppe et sculpte le corps avec des mouvements de glissement, de pétrissage et d'effleurage. Le travail des mains est lent, ample et appuyé. Fondé sur l'éveil des sens, ce massage favorise un lâcher prise bénéfique aux personnes stressées et surmenées.

MASSAGE AYURVEDIQUE, tonique et musculaire

Issu d'une pratique millénaire, ce massage est destiné à rééquilibrer l'énergie du corps et de l'esprit en dénouant les tensions musculaires afin de donner énergie et vitalité. Les changements de rythme de ce massage, pétrissages, lissages, étirements et percussions réveillent le corps et repose l'esprit. Idéal pour les personnes ayant des difficultés à se détendre.

MASSAGE AROMA PHYT'S COCOON, la chaleur en plus

Massage enveloppant et délassant alliant un rituel de chauffettes et des mouvements appuyés de glissement et de pétrissage. Le rituel de chauffettes diffuse une chaleur douce au niveau du dos pour une relaxation profonde et un lâcher prise immédiat.



LES MASSAGES

LES MASSAGES ZONE PAR ZONE

MASSAGE DU DOS 20 MINUTES

Massage relaxant du dos au beurre de karité.

MASSAGE DU VISAGE 15 MINUTES

Massage du visage, de la nuque et des épaules.

MASSAGE DES MAINS 15 MINUTES

Massage apaisant des mains avec une crème spécifique apportant confort et douceur aux mains sèches.

MASSAGE DES PIEDS 15 MINUTES

Massage des pieds avec une crème apportant confort et fraîcheur aux pieds.

MASSAGE DU CUIR CHEVELU 10 MINUTES

Massage du cuir chevelu et de la nuque.

Ces massages courts peuvent être réalisés seuls ou combinés avec d'autres soins.



LES MASSAGES ÉNERGÉTIQUES INDIENS

MASSAGE DU DOS « SARVA PRANA » 40 MINUTES

Massage tonique du dos, détendant et revigorant. Idéal pour les hommes.

MASSAGE « DOS ET 7 CHAKRAS » 45 MINUTES

Massage du dos et de la tête à l'huile, pressions douces et rythme lent pour un lâcher prise immédiat.

MASSAGE DES MAINS « HASTA PRANA » 35 MINUTES

Massage des mains et des avant-bras à l'huile chaude, très apaisant et enveloppant. Assouplit les mains et procure une relaxation profonde.

MASSAGE DES PIEDS « PADA PRANA » 35 MINUTES

Alternance de pressions fermes et contenant, de lissages doux et de digipuncture, ce soin apporte une détente profonde pour se retrouver avec soi-même.

En Inde, on dit que
« le soin des pieds calme l'agitation du mental ».

MASSAGE DE LA TÊTE « SHIROSCHAMPI » 40 MINUTES

Massage du cuir chevelu, des épaules et du cou, selon un rituel indien, pour libérer l'esprit et apaiser le mental.

MASSAGE DES JAMBES « PAGATCHAMPI » 45 MINUTES

Massage des pieds et des jambes jusqu'aux hanches pour générer légèreté et mobilité des jambes.