



## Laissez vous tenter par une pause relaxation

### Modelage aux huiles essentielles : ...50mn...100 €

Sur une table de massage.

Modelage complet du corps, rééquilibrant, relaxant et enveloppant. Soulage les tensions accumulées, procure une douce détente et un bien être complet.

### Modelage oriental à l'huile d'argan : ...50mn...100 €

Laissez vous envoûter par ce modelage complet du corps aux mouvements envolés et englobants, au rythme doux et énergisant sur un fond d'effluves d'huile d'argan chaude. Sur une table de massage.

### Modelage hawaïen : ...50mn...100 €

Modelage célèbre pour ses longs mouvements enveloppants réalisés avec les avant-bras, ce qui lui confère douceur, profondeur et fluidité. Recevoir un modelage hawaïen est très apaisant : c'est comme ressentir la douceur et la puissance des vagues de l'océan pacifique

### Modelage balinais : ... 50mn...100 €

Modelage tonique. Ce modelage traditionnel est enveloppant et profond, pour détendre, chasser toutes nos tensions, permettre une meilleure circulation de notre énergie. Les mains parcourent le corps en de multiples manœuvres qui alternent gestes appuyés et immenses lissages harmonieux



## Relaxation Bien-être Détente

### Shiatsu ou shiatsu à l'huile : ...1 heure.....100 €

Se pratique sur un tatami.

Le shiatsu est une discipline énergétique traditionnelle d'origine japonaise.

Il consiste à procéder à des *pressions* plus ou moins fortes sur certains points situés le long des *méridiens d'acupuncture* de façon à faciliter la *libre circulation de l'énergie*, à gommer les tensions, à détendre, faire récupérer.

*Le shiatsu myo-énergétique* est basé sur l'analyse des tensions musculaires. Il utilise les pressions des pouces, doigts ou paumes sur les méridiens tendino-musculaires, afin de *détendre le muscle* contracté et d'obtenir une relaxation très profonde destressante et revitalisante.

### Thaï de relaxation : ...1 heure.....100 €

Technique d'*étirements* complémentaires du shiatsu, principalement axée sur les membres inférieurs. Des étirements tout en douceur accompagnés par un travail sur la respiration. Elle libère le corps de ses raideurs, offrant toujours une sensation de bien-être et de sérénité.

Prévoir des vêtements amples. Se pratique sur un tatami.

### Réflexologie plantaire thaï : ..... 50mn...100 €

Modelage complet des pieds et des mollets. A partir des zones réflexes, il fait ressentir ses bienfaits dans le corps entier : il efface les tensions et renforce la vitalité. Après une séance on semble marcher sur des coussins d'air