

Liste des massages

Soins COCOON Avec Sophie

Sophie vous emmène explorer de nouvelles sensations corporelles. Son expérience acquise au fil de ses voyages et du temps vous fera découvrir les arts traditionnels du Japon, de l'Inde et de la Thaïlande.

Pour les massages aux huiles, Sophie utilise des elixirs floraux et des macérations de plantes sauvages récoltées au coeur des montagnes, ainsi que des huiles indiennes ayurvédiques.

Zen Shiatsu (se reçoit habillé en tenue souple et confortable)

Pressions douces sur l'ensemble du corps atténuant les douleurs articulaires, favorisent la digestion, améliore le sommeil

| | | | |
|-----------------------------|------------|---------------------------------|------------|
| Shiatsu enfant (4 à 12 ans) | 20' / 40 € | Za zen Amma (shiatsu assis) | 20' / 40 € |
| Séance initiation | 30' / 50 € | Séance remise en forme | 60' / 75 € |
| Shiatsu maternité | 45' / 65 € | Spécial avant ou après le sport | 45' / 65 € |

Soin Abhyanga - Tradition Ayurvédique (A l'huile chaude de sésame BIO parfumée au bois de rose)

Détente musculaire aidant à une meilleure circulation des fluides, chasse les toxines et les tensions pour une relaxation profonde

| | | | |
|---|------------|----------------------------------|------------|
| Indien Enfant (4 à 12 ans) | 20' / 40 € | Jambes et pieds (jambes lourdes) | 20' / 40 € |
| Relaxant dos (soulage les douleurs) | 20' / 40 € | Indien Découverte | 30' / 50 € |
| Indien Complet (relaxation profonde) | 60' / 75 € | Gommage Indien aux épices | 60' / 75 € |
| Massage indien maternité (dès 3ème mois) | 50' / 70 € | | |
| Massage Kalari dynamisant et tonifiant, aux extrait de plantes du Kerale) | | | 45' / 78 € |

Soin Thaïlandais Nuad Boran (se reçoit habillé en tenue souple et confortable)

Retrouvez la fluidité d'un corps en pleine forme, dénoué de ses tensions par des pressions profondes, des étirements.

| | | | |
|--------------------|------------|-----------------------------|------------|
| Relaxation extrême | 90' / 120€ | Réflexologie plantaire Thai | 45' / 65 € |
|--------------------|------------|-----------------------------|------------|

Kobido, voie de la beauté 50'/70€

Lifting naturel du visage selon la tradition japonaise. Convient à tous types de peau, redonne un éclat lumineux.

Ce massage allie le pétrissage, le drainage, la stimulation digito-puncture.

Les soins BIO by Oxalia Avec Lidwine

fabriqués en France

Les rituels corps : modelage seul 60min - 75€ / 1h15 - 95€ / 1h30 - 115€

Escale polynésienne 1h15 ou 1h30 (coco, abricot, monoï) : Gommage, modelage et spray lacté

Traversée scandinave 1h15 ou 1h30 (cranberries, jojoba, fruits rouges) : Gommage, modelage, beurre corporel

Escapade sicilienne 1h15 ou 1h30 (orange, macadamia, mimosa) : Gommage, modelage, délice vitaminé

Rituel oriental 1h15 ou 1h30 (argan, figue, sésame) : Gommage, modelage, beurre de karité

Les soins du visage : 60min - 75€

Pur bambou (peau grasse) : Nettoyage, gommage, comédons, modelage, masque

Douceur cocoon (peau sensible) : Nettoyage, gommage, comédons, modelage, masque

Jeunesse bluffante (anti-âge) : Nettoyage, gommage, comédons, modelage, masque

For men : Nettoyage, gommage, comédons, modelage, masque

Enfant " too fruits"

(produits éco certifiés BIO et fabriqués en France)

Mon soin relax - 20 min : 40€ : soin complet du corps. "Reposant, nutritif et fruité"

Douce frimousse - 20 min : 40€ : soin complet du visage. " Hydratant et relaxant, pour une détente fruitée"

Duo " Maman - Enfant " 55min - 135€ : **Enfant** - soin visage et corps / **Maman** - soin du corps (avec une autre masseuse)

Ateliers massages bébé

environ 2 heures 25€ / enfant (à partir de 3 bébés)

Apprendre à masser son bébé. Crée un lien fusionnel, apaise les maux et a un effet positif sur le sommeil.

Soins du Monde Avec Sandrine (disponible les lundis)

Pour Dames uniquement

Soin zen "vibrations japonaises" 1h - 1 soin 75 €

Stimule les différentes parties du corps grâce à un enchaînement de gestes précis qui part des pieds pour remonter vers le haut du corps.

Les gestes alternent vibrations, étirements et stimulations produisant un relâchement de chaque partie du corps pour une détente profonde.

Drainage lympho-énergétique, soin 1h : 75 €

Le drainage lymphatique se pratique avec un toucher très doux.

Indications : cellulite - rétention d'eau et mauvaise circulation générale - jambes lourdes et douloureuses

Un travail d'effleurages et une stimulation de points en synergie le long des méridiens viennent enrichir la méthode.

Le Fuji massage aux Pierres Chaudes : 1h15 - 1 soin 95 €

Un massage bien-être traditionnel japonais "Fuji massage", pratiqué depuis plus de 1000 ans, qu'elle contribue à l'état de santé et de bien-être.

Chasse le froid et l'humidité du corps. La détente musculaire aux huiles chaudes d'arnica ou d'agrumes, les pierres posées sur les trajets des méridiens et sur les chakras conduisent à un état de relaxation profonde.

Harmonisation globale: 1h15 - 95€

Détente et ré-harmonisation énergétique de l'ensemble du corps grâce aux techniques de digitopuncture, de pressions douces, et de mise en équilibre des chakras, afin d'harmoniser l'énergie du Qi (énergie vitale).

Relaxant : libère les tensions physiques et mentales, procure bien-être et détente profonde.

Harmonisant : favorise la bonne circulation de l'énergie vitale dans le corps, apaise le mental, chasse la fatigue.