

# Les invitations aux voyages avec Sophie

Sophie vous emmène explorer de nouvelles sensations corporelles. Son expérience acquise au fil de ses voyages 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 cœur des montagnes, ainsi que des huiles indiennes ayurvédiques.

## SHIATSU

**(se reçoit habillé en tenue souple et confortable)**

Pressions douces sur l'ensemble du corps, atténuant les douleurs articulaires, favorisant la digestion et améliorant le sommeil.

Zazen Amma (shiatsu assis)	20' - 45 €
Séance initiation	30' - 55 €
Séance remise en forme	1h - 80 €
Shiatsu maternité (à partir du 3ème mois)	45' - 70 €
Shiatsu sportif (en préventif ou curatif)	45' - 70 €

## MASSAGE TRADITIONNEL 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	1h30 - 120€
Réflexologie plantaire Thaï (pour des jambes légères et des pieds détendus)	45' - 70 €

**KOBIDO, VOIE DE LA BEAUTE** 50' - 75€  
**(venir démaquillé)**

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.

## MASSAGE INDIEN AYURVEDIQUE

**(A l'huile 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 Complet (relaxation profonde)	1h - 80 €
Indien Découverte	30' - 55 €
Relaxant dos (soulage les douleurs)	20' - 45 €
Jambes et pieds (jambes lourdes)	20' - 45 €

Gommage Indien aux épices 1h - 75 €  
(Dynamisant, drainant et élimination des toxines)

## SOIN POUR LES ENFANTS

Shiatsu enfant	20' - 45€
Massage indien enfant	20' - 45€

**FORFAIT DOUCEUR COCOON** 1h30-120€  
Massage indien suivi de la réflexologie plantaire thaï.

**DETENTE AU MASCULIN** 1h15 - 100€

# Les soins bien être avec Verane

Avec un parcours de kinésithérapeute et une formation en aromathérapie,  
Verane vous propose un moment de bien-être.

**MASSAGE INTUITIF SUR MESURE** à partir de 45€-20'

De 20 minutes à 1h30, massage relaxant, idéal pour la gestion du stress et la libération des tensions. Massage à la fois relaxant, énergétique, doux et tonique.

**HYPNO-MASSAGE** 1h15-100€

L'alliance d'hypnose et massage du corps, pour une détente physique et psychique.

**MASSAGE DES 5 CONTINENTS** 1h15-110€

Apporte un lâcher-prise physique et mental puissant. Redonne vitalité, confiance, joie de vivre et permet d'harmoniser les charges émotionnelles bloquant notre énergie.

**CALIFORNIEN** 1h-80€

Doux, relaxant, soulage les tensions et harmonise corps et esprit.

## DRAINAGE LYMPHATIQUE, MADEROTHERAPIE

Massage intense réalisé avec des instruments en bois. Moment détente ayant l'objectif de drainer, éliminer les toxines, remodeler le corps, casser les capitons graisseux, réduire la cellulite, tonifier la peau, favoriser la circulation du sang et de la lymphe tout en respectant votre corps et votre morphologie. Résultats visibles dès la première séance. Il est recommandé une cure de 5 à 10 séances pour un résultat optimal.

Tarif par zone : ventre, bras, jambes...

1 Séance 75€	2 Séances 140€
3 Séances 195€	4 Séances 240€
	5 Séances 275€

**MASSAGE KATA** 1h-80€

Massage habillé (tenue confortable) qui utilise des techniques de vibrations manuelles, d'apesanteur et d'étirements. Soin dynamisant et relaxant.

# Les soins du monde avec Sandrine

**LE FUJI MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES**

1h15 - 100 € (POUR DAMES UNIQUEMENT)

Un massage bien-être traditionnel japonais "Fuji" Chasse le froid, l'humidité et conduit à un état de relaxation profonde.