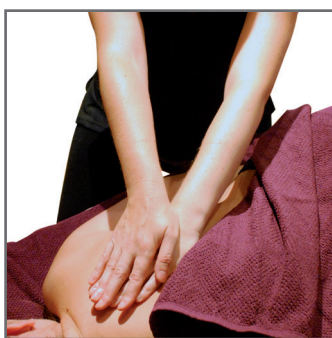




massages-bien-être

AYURVÉDIQUE - CALIFORNIEN - D'ASIE

Stéphanie Charrondièrre



MASSAGES-BIEN-ÊTRE D'INDE selon l'Ayurveda

LES MASSAGES*			séance	tarif
Pichauli	CORPS avec huile chaude	Relaxant défatiguant	1h	60€
			1h30	90€
Abhyanga	CORPS avec huile** chaude	Détente stimulation	1h	68€
			1h30	90€
Prânaritam	CORPS avec huile chaude	Vitalité capital énergétique	45 min	45€
Sarva prâna	DOS avec huile	Apaisement centrage capital énergétique	30 min	30€
Pagatchampi	JAMBES avec huile	Détente musculaire légereté	45 min	45€
Hasta prâna	MAINS avec huile	Détente relaxation générale apaisement	40 min	40€
Pada prâna	PIEDS avec huile	Tonifiant Stimulant	40 min	40€
Kansu	PIEDS avec ghee (beurre clarifié) bol à Kansu	Sérénité calmant relaxant	30 min	30€
			45 min	45€

*massage = massage-bien-être ** huile florale spécifique

MASSAGE-BIEN-ÊTRE CALIFORNIEN

	séance	tarif
Massage californien	DOS, NUQUE avec huile	40 min 40€
	CORPS avec huile sur mesure	1h 60€
		1h15 75€
		1h30 90€

MASSAGES-BIEN-ÊTRE D'ASIE

Ku Nye (Tibet)	CORPS avec huile	Équilibre, harmonie relaxation	1h15	75€
séance spéciale femme enceinte			1h	60€
Massage* de la tête (Chine)	VISAGE, CRÂNE sans huile	Relaxation, détente générale	40 min	40€
Réflexologie Plantaire (Chine)	PIEDS sans huile	Élimination des toxines, détente générale, harmonie	45 min	45€
			1h	60€

L'ALIMENTATION selon l'Ayurveda

Sous la forme d'un entretien personnalisé, je vous conseille sur les aliments qui vous sont le plus favorables en fonction de votre profil ayurvédique (dosha) et identifie les éventuels déséquilibres.

Entretien/conseil (environ 1 heure) : 50€
Entretien/conseil suivi d'une heure de massage : 100€

Bénéficiez de -10% en vous engageant pour une séance de massage par mois sur un an.

Tarif solidaire -10% : Etudiants, chômeurs, RSA, AAH sur justificatif.