

Stéphanie Charrondière

massages-bien-être & ayurvéda



uniquement sur rendez-vous >> 06 59 94 25 74

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

LES MASSAGES

séance tarif

			séance	tarif
Pichauli	CORPS avec huile chaude	Relaxant Défatigant	1h	65€
			1h30	90€
Abhyanga de sept. à juin	CORPS avec huile chaude spécifique Dosha	Détente Stimulation	1h	75€
			1h30	90€
Prânaritam	CORPS avec huile chaude	Vitalité Capital énergétique	45 min	50€
Sarva prâna	DOS avec huile	Apaisant Encrege Capital énergétique	30 min	35€
Pagatchampi	JAMBES avec huile	Détente musculaire Légèreté	45 min	50€
Hasta prâna	MAINS avec huile	Détente Relaxant Apaisant	40 min	45€
Pada prâna	PIEDS avec huile	Tonifiant Stimulant Encrege	40 min	45€
			30 min	35€
Kansu	PIEDS avec ghee (beurre clarifié) bol à Kansu	Sérénité Calmant Relaxant	45 min	50€
			30 min	35€

L'huile utilisée est du sésame désodorisé bio.
Comptez un supplément de 5€ si vous souhaitez de l'huile spécifique au dosha. (à l'exception de l'Abhyanga)

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.

MASSAGE-BIEN-ÊTRE CALIFORNIEN

			séance	tarif
Massage californien	DOS, NUQUE avec huile	Détente musculaire, régulation du système nerveux	40 min	45€
			1h	65€
	CORPS sur mesure avec huile		1h15	75€
			1h30	90€

AUTRES MASSAGES-BIEN-ÊTRE

			séance	tarif
Ku Nye (Tibet)	CORPS avec huile	Équilibre Harmonie Relaxant	1h15	75€
Massage de la tête (Chine)	VISAGE, CRÂNE sans huile	Relaxant Détente	40 min	45€
Réflexologie Plantaire (Chine)	PIEDS sans huile	Élimination des toxines Détente Harmonie	45 min	50€
			1h	65€

Sur conseil, possibilité d'associer 2 massages courts sur une séance d'une heure = Tarif : 65€

BILAN AYURVÉDIQUE

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

Bilan ayurvédique (environ 1 heure): 55€
Bilan ayurvédique suivi d'une heure de massage : 110€