Stéphanie Charrondière

Massages-bien-être
Soin énergetique
& Ayurvéda

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

MASSAGES AYURVÉDIQUES

LES MASSAGES			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€
			1h15	85€
			1h30	95€
Prânaritam	**CORPS** avec huile chaude	Vitalité Capital énergétique	45 min	50€
Sarva prâna	**DOS** avec huile	Apaisant Encrage 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 Encrage	40 min	45€
Kansu ●	**PIEDS** avec ghee (beurre clarifié) bol à Kansu	Sérénité Calmant Relaxant	30 min	35€
			45 min	50€

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.

Supplément de 5€ avec huile spécifique ayurvédique (sauf Abhyanga)

◗ Possible pour la femme enceinte au-delà de 3 mois de grossesse.
● Possible pour la femme enceinte.

Sur conseil, possibilité d'association de massages :
1h = 65€ - 1h15 = 75€ - 1h30 = 90€

MASSAGE 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€

LES AUTRES MASSAGES

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€

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) : 60€
Bilan ayurvédique suivi d'une heure de massage : 115€/125€

SOIN ÉNERGETIQUE PAR LES MARMAS

La stimulation des marmas, points-clés subtils selon l'Ayurvéda, régule les énergies et dissout certains blocages.
Spécificité du soin : prise de pouls ayurvédique et préparation adaptée à chacun à base d'huiles essentielles.
Séance Marma : 1h = 75€
Séance Marma + Massage : 1h30 = 95€

Atelier duo / massage du dos 2h / 150€