

# ***MASSAGES du Monde***

## ***Huiles naturelles et/ou Bio***

### **Massage\* Californien (intuitif)**

**50 minutes**

Idéal pour un premier massage, évasion assurée !

Il permet d'éliminer son stress, décontracte et dénoue les tensions musculaires. Constitué de longs mouvements fluides et harmonieux, de pressions glissées et d'effleurages.

### **Massage\* Oriental (relaxant)**

**50 minutes**

Pour un voyage sensoriel et un lâcher prise.

Relaxation, détente, apaisant. Manœuvres Douces, lentes et légères, ce massage se fait des pieds à la tête, en suivant le tracé musculaire. Il alterne malaxages, pétrissages, lissages.

### **Massage\* Ayurvédique (Dynamisant)**

**50 minutes**

Voyagez entre corps et âme...

Ce modelage rythmé et bien spécifique vous apportera de la détente, réduira vos tensions nerveuses et améliorera votre circulation sanguine.

A découvrir !

### **Massage\* Polynésien (profond)**

**50 minutes**

Massage rééquilibrant, relaxant et reliant le corps, le cœur et l'esprit.

L'originalité de ce massage réside dans ses manœuvres, enveloppantes, à la fois musculaires et profondes : pétrissage et lissage à l'aide des poings, phalanges et avant-bras.

### **Réflexologie plantaire (rééquilibrant)**

**50 minutes**

Excellente méthode préventive de bien-être !

Les séances sont relaxantes et revitalisantes. La réflexologie agit de manière efficace par stimulation de zones sur les pieds en relation avec chaque partie du corps par voie nerveuse réflexe.

\* Massage non thérapeutique