



## Massage Taoïste du dos : Pause détente

 Le dos étant une des zones du corps les plus sujettes aux tensions. Cette pause vous apportera détente et relaxation.


## Massage Abhyanga : Instant caresse et lâcher prise

 Lent et doux. Massage indien décontractant qui apporte détente et vitalité. Relaxant et énergétique, ce massage lutte contre la fatigue générale, l'agitation mentale et favorise l'apaisement du corps. Il peut être prodigué pour les enfants, les adultes et les personnes âgées.


## Massage Oriental : Une détente profonde

 Tonique et relaxant, ce massage profond travaille le relâchement des muscles en profondeur. Massage authentique oriental alliant pétrissages, effleurages et percussions.

## Massage Suédois / Californien : Le massage du sportif

 Ce massage contribue à dénouer et calmer les tensions nerveuses, il diminue le stress, résorbe les douleurs, améliore la circulation sanguine et lymphatique et procure un bien-être physique et psychique. Le massage suédois/californien agit sur le manque d'énergie, la digestion, les douleurs de dos, le sommeil, les migraines et céphalées et les articulations.

## Réflexologie Plantaire : Les pieds médiateur de votre corps

 Le pied divisé en zones réflexes est une représentation miniaturisée du corps humain. Les digito-pressions rééquilibreront progressivement le corps et l'esprit, laissant place à une sensation d'équilibre et de légèreté. La réflexologie est efficace pour entretenir un bon état de santé et ne produit aucun effet secondaire

