



Massage relaxant aux huiles essentielles bio



Massage très doux et lent qui enveloppe la totalité du corps.

Il se distingue des autres massages car l'utilisation des **pierres d'argile** en est la base.

En relaxant les muscles, en dilatant les vaisseaux, la chaleur des pierres permet l'évacuation des toxines et procure ainsi une sensation de relâchement.

Les **huiles essentielles** sont aussi proposées lors de ce massage.

Leurs pouvoirs magiques vont cibler les points douloureux : ce sont des têtes chercheuses.

Elles procurent un état de soulagement ; elles délassent grâce à leurs molécules et à leurs parfums.



Massage Amma assis



Ce massage est pratiqué sur une **chaise ergonomique**. La technique combine plusieurs enchaînements :

Pressions avec coudes, phalanges, poings fermés
Percussions
Effleurages
Balayages

Pour un soulagement du dos, des épaules, de la nuque, du cou et de la tête.

Ce massage stimule la **circulation de l'énergie**. Il apporte une profonde détente et dynamise la personne qui le reçoit.

Il se pratique habillé.



Massage douceur aux pierres d'argile chaudes



Ce massage aux pierres chaudes d'argile et aux huiles essentielles offre des sensations surprenantes et remarquablement décontractantes.

Avec ce massage l'ensemble du corps est **chouchouté** des pieds au cuir chevelu, par des mouvements lents et précis sur **toutes les zones du corps**.

C'est un massage tout en **pressions lentes et douces**, qui répond au besoin de détente, de relâchement général et d'évacuation de toutes les tensions.

Pour optimiser l'effet du massage, je fais appel aux vertus des huiles essentielles relaxantes.

Les synergies sont soigneusement sélectionnées en fonction de l'état de la personne.



Massage tonique du dos



Ce massage tonique et profond est idéal pour **dénouer les tensions** musculaires et les courbatures du dos.

Grâce à des techniques **décontractantes** et l'enchaînement de profonds mouvements sur des parties précises du dos, il entraîne un relâchement total des tensions.

Il peut être aussi pratiqué avec les pierres chaudes d'argile associées à une synergie d'huiles essentielles spéciales dos.

L'association des pierres d'argile chaudes et des huiles essentielles apporte une sensation de détente et d'apaisement total.



Massage « jambes lourdes »



Ce massage soin est proposé aux personnes désireuses de réduire la sensation « jambes lourdes ».

Il procure instantanément légèreté, confort, bien être et fraîcheur renforcé par une synergie d'huiles essentielles aux vertus toniques, drainantes, rafraîchissantes et apaisantes.

Son efficacité est aussi associée aux pierres d'argile froides pour se

laisser envahir par leurs bienfaits et retrouver ainsi toute leur légèreté.



Massage Lomi Lomi



Le massage Lomi Lomi, est une **pratique ancestrale hawaïenne**, il reproduit le va et vient des vagues pour une totale **évasion exotique**, associée à

l'huile de monoï au parfum enchanteur.

Il se pratique par de grands **mouvements fluides** et appuyés des coudes, des avant-bras, des mains, des poings fermés.

Le Lomi Lomi est le massage parfait pour tout remettre à niveau (stress, fatigue, anxiété, tensions), pour retrouver l'énergie, pour recentrer le corps et le mental, pour lâcher prise.



Massage Deep tissue



Le massage deep tissue est une technique de massage **lente et profonde** généralement proposée aux personnes souffrant de **douleurs musculaires chroniques**.

Il se pratique sur les zones de tension :

Cou

Lombaires Trapèzes

Dos

Il travaille sur la **libération des adhérences** des muscles, des tendons, des ligaments. Il permet un **relâchement des fascias** pour donner plus d'espace aux muscles et retrouver l'amplitude des mouvements.



Massage suédois



Ce massage est à la fois tonifiant et relaxant. Il aide le corps à

retrouver son équilibre naturel. C'est le remède idéal contre le stress.

Les techniques pratiquées dans ce massage sont fermes et douces pour détendre la personne et retrouver la souplesse du corps.

Les effets sont remarquables autant pour la forme physique que le mental. Une panoplie d'huiles essentielles de massage est proposée pour parfaire ce soin de détente.



Massage intuitif

Ce massage regroupe un subtil mélange de plusieurs techniques manuelles et énergétiques.

C'est un massage unique et personnalisé qui reste en harmonie avec votre corps.

Il procure :

Détente profonde

Un lâcher prise

Un relâchement des tensions musculaires

Réduit le stress

Améliore le sommeil