

#### ◆ MASSAGE AYURVEDIQUE ABHYANGA (Origine: Inde)

Soin traditionnel indien du corps entier à l'huile de sésame chauffée à base d'effleurages, de malaxages, de pétrissages et de frictions. Il agit sur la peau, les muscles, les tissus graisseux.

##### **Pourquoi choisir ce massage?**

- Relance la circulation sanguine et lymphatique.
- Réduit les tensions musculaires.
- Lutte contre le stress.
- Hydrate la peau.

**Pression:** ●●●●● **Durée: 1H-80€ / 1H30-110€**

#### ◆ MASSAGE CALIFORNIEN (Origine: Etats Unis)

C'est un massage à l'huile du corps entier à base de mouvements fluides et harmonieux. Ce massage utilise des techniques de lissages et d'effleurages et contribue à une détente physique immédiate.

##### **Pourquoi choisir ce massage?**

- Détend et relaxe.

**Pression:** ●●●●● **Durée: : 1H-80€**

#### ◆ KOBIDO (Origine: Japon)

Soin manuel du visage avec effet lifting naturel. C'est une technique de soins japonaise qui rafraîchit les traits du visage et procure une détente profonde accompagnée d'un effet liftant. Le KOBIDO se concentre sur le visage mais également sur le cou, le décolleté, la nuque et les épaules.

##### **Pourquoi choisir ce massage?**

- Draine et purifie la peau du visage.
- Assouplie et détend les muscles des zones massées.
- Lutte contre le stress.

**Pression:** ●●●●● **Durée: 1H-80€**

#### ◆ MASSAGE THAÏ TRADITIONNEL (Origine: Thaïlande)

C'est une combinaison de massages sur l'ensemble du corps à base d'étirements doux et passifs et de pressions. Il s'effectue à même le sol sur un futon sur des personnes vêtues d'habits amples et confortables.

##### **Pourquoi choisir ce massage?**

- Soulage le mal de dos.
- Aide au soulagement des tensions musculaires.
- Lutte contre le stress.
- Améliore le sommeil.

**Pression:** ●●●●● **Durée: 1H-80€ / 1H30-110€**

#### ◆ REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (Origine: Chine)

C'est un massage des pieds à base de lissages, de pressions et de frictions. Il stimule les zones réflexes en correspondance ou en lien avec des organes du corps et contribue à une détente profonde.

##### **Pourquoi choisir ce massage?**

- Détend et relaxe.
- Lutte contre le stress.
- Rééquilibre les différents systèmes du corps.
- Améliore le sommeil.

**Pression:** ●●●●● **Durée: 1H-80€**

#### ◆ INTUITIF SIGNATURE (ou combinaison de massages)

Un soin profond à l'huile qui « devine » et s'adapte aux besoins du corps et à l'état du moment. Combine les différents soins présents dans la carte. (ex: Ayurvédique et réflexologie...)

##### **Pourquoi choisir ce massage?**

- Atténue fortement les tensions musculaires.
- Réduit les états de stress.
- Améliore la récupération après un effort physique.

**Pression:** ●●●●● **Durée: 1H-80€ / 1H30-110€**