

MASSAGE BIEN-ETRE



Pour vous apporter un réel moment de détente et vous libérer du stress quotidien, je vous propose des massages intuitifs et énergétiques (non thérapeutiques). Tous mes soins visages et corps sont associés à des massages du dos, de la nuque, des pieds (base de réflexologie plantaire) et des mains.

Les bienfaits des massages bien-être

Pour garder une bonne hygiène de vie, le massage est plus qu'un moment de détente.

Le massage bien-être apporte plusieurs effets positifs à tous les niveaux : physique, émotionnel et psychique.

- **Renforce la souplesse et l'élasticité des muscles ainsi que la mobilité articulaire**
- **Consolide le système immunitaire en améliorant la circulation sanguine et lymphatique**
- **Favorise la digestion**
- **Améliore la capacité respiratoire**
- **Améliore le sommeil**
- **Libère les émotions négatives**
- **Améliore la circulation sanguine, de l'énergie**
- **Une meilleure résistance au stress**
- **Améliore le capital santé**

Toutes les huiles et crèmes utilisées sont issues de la culture biologique

Tarif : 65 € l'heure - sur rendez-vous selon le planning (06 22 61 63 08)