



## \* Massage Traditionnel Thaïlandais ( Nuad Bo-Rarn )



Un massage vieux de plus de 2500 ans alliant techniques indiennes et chinoises.

Les différentes pressions exercées avec les pouces, les paumes de la main, les coudes, les genoux et les pieds sur votre corps viennent détendre vos muscles et libérer vos points de tension.

Les étirements vous assouplissent et vous revitalisent en profondeur.

Le massage traditionnel Thaïlandais combine acupression et étirements en vue d'une meilleure circulation de l'énergie vitale. Il offre un concentré de vitalité et de relaxation.

## \* Massage aux huiles essentielles

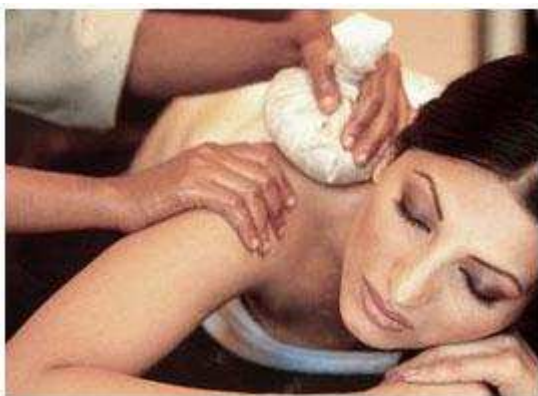


Le massage aux huiles essentielles est pratiqué depuis l'antiquité.

L'huile essentielle, puissant concentré d'énergie végétale, est une véritable essence de bien-être. Elle fait du bien au cœur, par ses odeurs bénéfiques, au corps, grâce à ses vertus spécifiques.

Elle permet d'en combiner les vertus pour la santé et la beauté de la peau. Ce massage procure en fonction des huiles essentielles utilisées, détente, tonicité, soulagement, protection immunitaire, plaisir. Qu'elle soit relaxante ou dynamisante, une séance de massage aux huiles essentielles, libère de la fatigue et du stress.

## \* Massages aromatiques aux ballots



Cette technique de massage consiste à appliquer des pressions légères à l'aide d'une aumônière en coton fin chauffée à la vapeur. Ces pochons sont remplis des plantes fraîches, ayant des effets thérapeutiques.

Ce soin est idéal pour détendre l'ensemble du corps et atténuer les maux et douleurs musculaires, par l'action simultanée de la chaleur, des vertus des plantes et des mouvements précis effectués avec les compresseurs.

## \*Massages plantaires



Le massage des pieds trouve ses origines au cœur des anciennes civilisations chinoises et indiennes.

La masseuse stimule les zones réflexes sur les pieds par des mouvements spécifiques de pouce. Ce massage des zones sensibles des pieds favorise la circulation de l'énergie dans votre organisme.

Les mouvements de massage sont appliqués sur les pieds ainsi que sur les mollets de façon fluide. Les bienfaits d'un massage des pieds sont multiples : une très grande sensation de détente, un sommeil plus réparateur, une régulation énergétique de votre corps.

En général, le massage des pieds est un bon moyen de lutter contre le stress.

