

Massage ayurvédique abhyanga
(corps) 50mn

Pratiqué à l'huile de coco chaude aux vertus particulièrement apaisantes.

Par le biais de pressions circulaires et glissées, de frictions d'acupressions mais aussi d'étirements, l'abhyanga va apporter détente et harmonie au corps, grâce notamment à son rythme modéré et fluide.

Massage recommandé aux personnes nerveuses, stressées ou émotives.

60€

Shirotchampi 20 mn
(massage ayurvédique tonique de la tête avec de l'huile chaude)

Pratiqué en position assise avec bain de pied aux huiles relaxantes, ce massage libère les tensions sur le haut du dos, des épaules du cou, du cuir chevelu et du visage.

Manœuvres glissées, frictions, pétrissages et des percussions savamment enchainées....

30€

Massage des pieds
au Bol Kansu
20mn (Massage ayurvédique des pieds)

Bol fait d'un alliage de 5 métaux (bronze, cuivre, or, zinc, argent)

Il se pratique avec de l'huile de sésame pour stimuler les différents points de la voûte plantaire et de détendre tout l'organisme et de rééquilibrer les énergies.

L'esthéticienne commence par enduire l'huile de sésame par des mouvements d'aller retour, et emploie alors le bol kansu à l'aide duquel elle frictionne avec énergie toute la partie du pied.

30€