

# SOINS, MASSAGES & ACCOMPAGNEMENTS

## Alizé

Massage relaxant 1h/1h30 - solo/duo au choix et sur-mesure :

- Californien
- Ayurvédique
- Balinais
- Réflexologie aux bols kansu

Massage symbiose à 4 mains - corps 1h

Massage sonore aux bols tibétains 1h

## Antony

Bilan énergétique (médecine Taoïste)

Séance de digitopuncture et moxibustion (médecine Taoïste)

## Brigitte

Séance individuelle de yoga du visage, des yeux et/ou du cuir chevelu

## Claudia

Massage suédois

Massage femme enceinte

Séance individuelle de coaching sportif

## Dimitri

Séance individuelle de coaching sportif

## Emma

Skin Tao visage 0h30

Kobido, massage du visage 1h

Drainage lymphatique corps, Renata França 1h20

Massage corps colombien Madothérapie 1h20

## François

Séance de coaching individuel

Séance de sophrologie

## Johanne

Massages ayurvédiques :

- Abhyanga (corps) 1h ou 1h15
- Femme enceinte 0h45
- Marmathérapie 1h
- Massage crânien 0h30

Massage réflexologie faciale 0h20

Consultation en naturopathie ayurvédique 1h30

## Laure

Massage Tuina 1h

Massage Intuitif 1h

## Michael

Cours de yoga individuel - 1h ou 1h30

## Sergine

Séance individuelle de rigologie

## Stéphanie

Bain de forêt 2h



L'OSTALAS

PARENTHÈSE MIEUX-ÊTRE À LA FRANÇAISE