



Le Massage Bien-Être pour le Particulier

LE MASSAGE ESSENTIEL® (1H15 - 55 €)

Le Massage Essentiel® est un soin complet du corps. Il privilégie le rythme, la fluidité, les manœuvres reliant et enveloppantes associées à un travail spécifique des différentes parties du corps. C'est une synthèse des techniques californiennes et suédoises. Cette séance permet de **dénouer les tensions nerveuses, fluidifie la circulation sanguine, réactive le métabolisme et favorise la circulation énergétique**. C'est une séance personnalisée en tenant compte des besoins de chaque individu.

LE GRAND RELAXANT® (45 min - 40 €)

Le Grand Relaxant® : soin pratiqué sur l'arrière du corps : (dos, nuque, jambes) ou le devant du corps (buste, ventre, jambes et bras). Il se termine par un massage du visage.
Séance idéale pour découvrir le massage à l'huile sur table.

LE MASSAGE SUR LE CÔTÉ® (1H15 - 55 €)

C'est une adaptation du Massage Essentiel®, appliqué sur le côté. Prestation idéale **pour les femmes enceintes** ou les personnes ne pouvant plus être placées ni sur le ventre, ni sur le dos. Détente, relaxation, cocooning et enveloppements sont les maîtres mots de cette séance.

LE MASSAGE SECTORIEL® (1H - 50 €)

Cette séance permet de cibler des zones précises du corps afin de dénouer et d'atténuer des tensions musculaires (dos, nuque, bras, épaules, jambes). Séance appliquée dans un cadre de bien-être, à but non thérapeutique.

LE STRETCH MASSAGE® (1H - 50 €)

Technique reposant sur des mobilisations douces et passives et des étirements, sur un tapis au sol. Elle procure une détente profonde, à la fois physique et mentale.

PRESTATION A LA CARTE®

- 20 min : **20 €**
- 30 min : **30 €**
- 45 min : **45 €**
- 1 h : **50 €**

Séance découverte ou besoin particulier, créez la formule qui vous convient !

Idéal pour une idée cadeau !



Massage Bien-être et contre-indications : déconseillé aux femmes enceintes de moins de 3 mois, mais aussi si vous avez eu un choc à la nuque depuis moins de 2 semaines. Séances pratiquées dans un cadre de bien-être, à but non thérapeutique. Au moindre doute demandez conseil à votre médecin.

Forfait déplacement : 5 € sur un rayon de 20km. Au delà, compter des frais kilométriques de 0,25€ / km parcouru.

6 Allée de l'Aubier - 44190 Clisson

Tél. : 06 41 36 05 81 - www.lesmainsdubienetre.fr