

LE MUST DU BIEN-ÊTRE , par Anne Lazaro

Sur rendez-vous au 07 82 78 26 39

Diplômée en esthétique depuis 2011, je me suis spécialisée en massage bien-être en 2016. J'ai d'abord travaillé comme spa praticienne dans des établissements que j'ai toujours choisi avec soin, avant de me tourner vers une pratique plus profonde et holistique du massage. Les massages du Monde que je pratique, l'Abhyanga (Inde) et l'HinokiBō (Japon), m'ont été enseignés dans la plus pure authenticité, dans le respect des traditions et de la philosophie propres à la culture dont ils sont issus.

LES MASSAGES:

VOYAGE EN INDE

50 minutes, 80 euros

Massage Abhyanga d'Inde du Nord, issu de la tradition ayurvedique.

Ce massage est énergétique. Il vise à rééquilibrer le corps et l'esprit, en travaillant sur les chakras et la circulation de l'énergie. L'huile utilisée pour ce massage est une alchimie de 33 huiles végétales originaires d'Inde aux vertus multiples.

Énergétique. Relaxant. Rééquilibrant.

APRÈS L'EFFORT...

1h10, 80 euros

Massage Deep Tissue visant à la récupération musculaire. Il soulage et dénoue les tensions tout en aidant à prévenir et à libérer le corps des courbatures.

Profond. Tonique. Adapté aux sportifs.

LE COCOONING

À l'huile, 1h10, 80 euros

À la bougie de massage, 1h10, 85 euros

Massage californien visant au « lâcher prise. » Lent, doux et harmonieux. On ressort sur un nuage.

Relaxant. Harmonisant. Réconfortant.

MASSAGE HINOKIBŌ

(Voyage au Japon)

1h10, 90 euros

30 minutes zone ciblée, 50 euros

-Cure de 6 séances d'1h10, 495 euros

-Cure de 12 séances d'1h10, 990 euros

-Cure de 6 séances de 30 min, 275 euros

-Cure de 12 séances de 30 min, 550 euros

Soit pour tout achat d'une cure de 12 séances, une séance offerte

Massage de tradition japonaise qui allie l'expertise des mains à l'efficacité d'un accessoire en bois sacré du Japon: l'Hinokibo.

Ce soin vise à sculpter le corps, drainer, améliorer l'aspect de la peau. Il permet aussi la récupération musculaire.

Idéal en cure minceur /fermeté !

Énergétique. Relaxant. Drainant. Raffermissant.

