



min



SYLVIE LAURENSEN

Californien

20	39	dos ou jambes
40	59	dos et jambes
60	79	corps entier

Massage relaxant. Composé de longs mouvements lents et fluides des mains qui permettent une profonde relaxation physique et psychique.

30 **48** Terre et Ciel

Harmonisation par les extrémités : cuir-chevelu, visage et pieds.

60 **85** Bambous

Drainant et relaxant. Le bambou chauffé et huilé permet d'accentuer les mouvements et de suivre les courbes du corps. Idéal pour soulager les muscles endoloris, assouplir les tissus et dynamiser la circulation sanguine et lymphatique.

80 **100** Ayurvédique : Abhyanga

A huile chaude de sésame bio. Massage complet doux, rythmé et fluide. Enveloppant, relaxant et énergisant il harmonise les chakras et recharge en énergie vitale.

60 **85** Balinais : Pijat-bali

100 **120** Complet, énergisant, dynamisant, revitalisant et relaxant. Il associe des techniques issues de l'énergétique chinoise et du massage ayurvédique. On utilise aussi les phalanges, les coudes et les avant-bras.
C'est la version la plus appuyée du Balinais.

40 **65** Le Personnalisé

60 **85** Tous nos savoirs faire pour un massage sur mesure.

80 **100** Choisissez: les zones massées et l'intensité des manœuvres.

100 **120**

60 **82** Rituel Hammam et massage

Rituel ancestral : alternance de bains de vapeurs, application de savon noir, gommage du corps au Kassa et massage relaxant.



Californien

Massage relaxant. Composé de longs mouvements lents et fluides des mains qui permettent une profonde relaxation physique et psychique.

dos ou jambes	20	39
dos et jambes	40	59
corps entier	60	79

Terre et Ciel

Harmonisation par les extrémités : cuir-chevelu, visage et pieds.

30 **48**

Lomi lomi

Forme ancienne de massage, à la fois profond et rythmé, relaxant ou très revitalisant. Les longs mouvement des avant-bras et des mains nourrissent le corps pendant que les pressions des coudes libèrent les tensions.

60 **85**

Singapourien

Massage relaxant anti-stress. 4 zones pour 4 inspirations : Chinoises pour le dos afin de dénouer les muscles ; Hindou aux pieds, pour stimuler et rééquilibrer les énergies ; Malais pour le ventre : élimineront toxines et stress ; Indiennes sur le cuir-chevelu, elles diminueront la sensibilité au stress.

60 **85**

Ayurvédique : Pancha-Karma

Très enveloppant et complet, ce massage permet une détoxification et une régénération du corps. Il procure une sensation de légèreté, une agréable détente. Il favorise l'élimination des toxines, le relâchement des muscles, vivifie et stimule l'organisme.

80 **100**

Le Personnalisé

Tous nos savoirs faire pour un massage sur mesure.

Choisissez: les zones massées et l'intensité des manœuvres.

40	65
60	85
80	100
100	120

Rituel Hammam et massage

Rituel ancestral : alternance de bains de vapeurs, application de savon noir, gommage du corps au Kassa et massage relaxant.

60 **82**

Rituel Hawaïen et Lomi lomi

Gommage du corps : crème de coco et sable fin suivi du massage relaxant profond Lomi lomi.

60 **92**

80 **115**

Le Watsu®

Le Watsu est une forme de Shiatsu réalisée en eau chaude. En accompagnant le rythme respiratoire propre à chacun, en alternant des bercements, des étirements et des digipressions avec des temps de calme et d'écoute : les ressentis de légèreté, de sérénité et de liberté seront facilités. Ce dispositif favorise le lâcher prise et aide le corps à se libérer de ses tensions, qu'elles soient physiques, psychiques ou émotionnelles.

Une expérience unique !



30 **50**

45 **65**

75 **90**

