



#### THE INDIAN MASSAGE ABHYANGA

Is based on the ancient science of Ayurveda. This treatment is tailored to the guest, supporting the holistic principle that each individual has a unique body type. This massage is bound to relieve tensions, to help the circulation of energies and is made with warm sesame oil which is effective on the 3 doshas (vata, pitta, kapha) and helps to relieve mental and nervous tiredness.



#### CALIFORNIAN MASSAGE

Traditional soft massage with vegetal and essential oils.

#### DEEP TISSUE

Deep massage for athletes.

#### REFLEXOLOGY

It is an ancient healing and preventive technique used by numerous cultures (Egyptian, Indian, Chinese...) that enables the body's own healing mechanism to function to its maximum potential.

#### CHINESE MASSAGE

It is based 5 elements' law and acupressure to balance energy along meridians. It is carried out with a moxa stick.

#### ACCESS BARS CONSCIOUSNESS®

Powerful energetic rebalancing, created by Gary Douglas : consists in the liberation of negative emotional memories.

#### MASSAGE INDIEN ABHYANGA

Ce massage traditionnel ayurvédique est une pratique de santé et de bien-être qui tient compte de l'intégralité de votre corps physique, mental et émotionnel. Il vise à dénouer les tensions dues au stress, à faciliter la circulation des énergies afin d'éliminer les blocages.



#### MASSAGE CALIFORNIEN

Massage harmonisant composé de mouvements doux et fluides effectués avec une huile végétale et des huiles essentielles.

#### DEEP TISSUE

Massage profond pour les sportifs.

#### RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

C'est un art ancestral et une technique préventive et curative utilisée par de nombreuses cultures (égyptienne, indienne, chinoise, tibétaine...) qui permet de rétablir l'équilibre dans le corps et de réveiller sa capacité d'auto-guérison par un travail sur les zones réflexes du pied.

#### MASSAGE CHINOIS CHRONG MAÏ

Est basé sur la loi des 5 éléments et l'acupression et rééquilibre le trajet énergétique des méridiens. C'est un soin « coup de fouet » destiné aux personnes fatiguées ou convalescentes. Il est pratiqué avec de la Moxa.

#### ACCESS BARS CONSCIOUSNESS®

La Thérapie Access Bars® est une technique énergétique et quantitative mise au point par le Docteur Gary Douglas aux Etats-Unis dans les années 90. Nos possédons 32 points sur la tête, qui, lorsqu'ils sont sollicités, permettent de supprimer la barrière du jugement afin de se reconnecter à notre être profond. Chacun de ces points correspond à un aspect et domaine de vie. Une séance d'Access Bars® a pour but de se libérer des blocages, de tout le vécu émotionnel négatif, des peurs, croyances, limitations, jugements etc. Une séance d'Access Bars® dure de 45mn à 1h30.

