

ayurveda

L'Ayurveda est un système de santé traditionnel originaire d'Inde dont le principe est de retrouver ou conserver un équilibre du corps, des sens, du mental et de l'esprit pour être en santé.

Basé sur l'observation du fonctionnement du corps et du mental, il permet une reconnexion à soi et une compréhension d'éventuels dysfonctionnements.

Le massage est une petite partie de ce système de santé global, il nourrit, équilibre, régénère l'organisme et aide à gérer stress et tension.

La consultation permet par la discussion de mettre en lumière les fonctionnements pouvant mener à un mal être physique ou psychologique et apporte les éléments pour le corriger.

CONSULTATION

1h30 - 60€

MAHA ABHYANGA

Le grand massage. Massage de la tête, du corps et du visage suivant un protocole précis avec une huile chaude choisie en fonction de vos besoins. Suivi ou non d'une sudation.

Séance 2H - 90€

UDVARTANA

Massage du corps entier avec un mélange de farine de pois chiche et d'épices. Le but est de chauffer le corps pour éliminer les stagnations. Il est recommandé, entre autres, dans le cadre d'un processus amincissant.

Séance 2H - 90€

POTLEE

Massage du corps entier avec des pochons chauds de plantes fraîches et d'épices. Recommandé pour tout problème de la sphère ostéo-articulaire.

Séance 2H - 100€

CURE

2 soins par jours en fonction de vos besoins sur 3, 5 ou 7 jours.

Par jour-140€

NASYA

Soin de la sphère ORL recommandé en cas de sinusites, allergies ou migraines. Plusieurs séances peuvent s'avérer nécessaires pour optimiser les résultats.

Séance 50min - 50€

SHIRO MUKHA ABHYANGA

Massage de la nuque, de la tête et du visage. Procure une profonde détente.

Séance 1h - 65€

SHIRODHARA

Écoulement d'un filet d'huile sur le front précédé d'un massage du corps. Permet une profonde détente du système nerveux. Ce soin entre dans un suivi et ne peut être fait sans contact préalable pour évaluer la possibilité du corps à le recevoir.

Séance 1H30 - 100€

Forfait 3 soins - 280€

PADABHYANGA

Massages des genoux jusqu'aux pieds au ghee suivi d'un massage au bol Kansu.

Séance 1h - 60€