

L'univers du Bien-être au Jardin des Roches



Le massage ayurvédique **ABHYANGA**

Ce soin aux huiles chaudes est très complet, à la fois relaxant, détoxifiant, musculaire et tonique.

Les différentes techniques utilisées (palpations, pressions circulaires, frictions, grands enveloppements) permettent de réduire les tensions nerveuses, les blocages énergétiques, et d'améliorer les circulations sanguine et lymphatique.

Le massage **AMMA assis**

Il s'agit d'une technique japonaise d'acupression effectuée sur des méridiens énergétiques du haut du corps. Il permet d'améliorer le tonus et la vitalité, tout en apportant une agréable détente.

Nombre d'entreprises y ont recours car il contribue à créer un esprit d'entreprise, instaurer un climat positif et ainsi améliorer l'efficacité de leurs collaborateurs.



Massage ayurvédique **ABHYANGA**

Soins aux huiles chaudes - Durée 1h30

Offre Découverte, valable en cabinet _____ **45€** au lieu de 60 €

En cabinet _____ **54€** au lieu de 60 €*

Au Jardin des Roches _____ **67€** au lieu de 75 €*

Massage **AMMA assis** - Durée 20 minutes

Au Jardin des Roches _____ **20€** au lieu de 23 €*

Pour le massage AMMA, tout déplacement se fera pour un minimum de 4 prestations.

***Remise de plus de 10% réservée aux hôtes du Jardin des Roches.**

Valérie Damotte

26 place des églantines - 91540 Mennecy

Tél. : 06 88 58 99 55 - holisea@free.fr