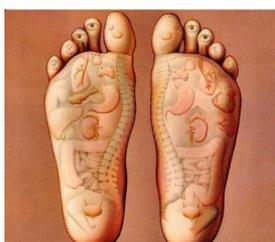




**Praticienne en soins manuels énergétiques et Masso-thérapeute depuis 17 ans**

J'anime également des ateliers de relaxation guidée, de conscience corporelle, de reconnexion à la respiration ainsi que des formations en massages et réflexologie plantaire. Depuis 5 ans, j'élargis mon accompagnement vers la gestion émotionnelle et les profondeurs de la psyché, en devenant **thérapeute psycho-corporelle et relationnelle**. Mon approche est globale. En fonction de vos besoins et ce que je ressens, **je vous offre un soin personnalisé**. Je suis à votre écoute et vous transmets des clés concrètes pour un mieux être au quotidien.

**Les soins** que je vous propose au *Mas de Baume* :



- **La Réflexologie plantaire** est un ensemble de techniques de massages et d'acupression visant à **rééquilibrer l'organisme** par la stimulation de zones situées sur et sous le pied. Elles correspondent aux différents organes et systèmes du corps (respiratoires, nerveux, digestifs, endocriniens ...). Elle agit à travers les 7200 terminaisons nerveuses présentes dans les pieds. Apportant une détente profonde, elle facilite une bonne circulation sanguine

- **Le massage plénitude aux Huiles Essentielles Bio** est une invitation à un lâcher prise régénérant et nourrissant pour le corps et l'esprit. Alternant des mouvements amples, fluides, doux avec des pressions plus profondes et énergiques, il procure **détente et tonicité**. Il crée une harmonie, une unité et une meilleure perception de son corps.



- **Le Chi Nei Tsang** est un Soins taoïste du ventre qui alterne des touchers doux et profonds en harmonie avec votre souffle. Il vous reconnecte à votre respiration naturelle et nourrissante. C'est un voyage au cœur de vous même qui accompagne toutes les digestions, physiques, psychiques et émotionnelles. Il crée **un apaisement et un ressourcement profond**.

- **Le massage yoga thai**, ancien de plus de 2500 ans, alterne les pétrissages, les acupressions profondes sur les shens (méridiens), les étirements et les mobilisations articulaires. A la fois dynamique et fluide, il dénoue les blocages et les tensions musculaires en profondeur. Il favorise **la fluidité et l'aisance corporelle ainsi que le rééquilibrage énergétique**.



45 mn : 60 € - 1h : 80 € - 1h30 : 100 €  
 + 10 € frais de déplacement pour 1 soin de 45 mn – Offert si 2 soins et plus