



Centre Aquatique Océanide

Modelages à l'espace Bien-Être

Gérald vous propose

- > Dos
- > Visage
- > Ou Réflexologie plantaire

30 Minutes
30,00 €

- > Dos et visage
- > Shiatsu
- > Réflexologie plantaire
- > Ou Thai

50 Minutes
45,00 €

Profitez d'un moment de détente !

SUR RÉSERVATION

06 62 93 59 84

Pays de
**Fontenay-
Vendée**





Centre Aquatique Océanide

Les modelages... en détail

> **VISAGE :**

Alternance de mouvements glissés et pressions sur le visage.

> **DOS :**

Alternance de techniques d'effleurage, de pétrissage et de pression au niveau du dos.

> **THAÏ * :**


Ce modelage est fait pour rétablir l'équilibre énergétique du corps. Il se caractérise par des pressions, mais aussi par des mobilisations et des postures corporelles spécifiques (type yoga). Il permet au corps de se libérer de ses tensions musculaires..

> **SHIATSU * :**

Le shiatsu est une technique de digitopression sur le corps qui consiste à rééquilibrer le système nerveux et à refaire circuler l'énergie dans le corps. Cette méthode amène un profond relâchement tant sur le plan physique que mental.

> **RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE * :**

Elle vise à rééquilibrer le système nerveux et les différentes zones organiques par des pressions effectuées sur les voûtes plantaires ainsi que sur les jambes. Cette technique apporte une détente tant physique que mental.



**Grâce à ces 3 techniques, rééquilibrez vos systèmes énergétiques et nerveux et libérez-vous du stress et des maux qui en découlent !*

SUR RÉSERVATION

06 62 93 59 84

Pays de
**Fontenay-
Vendée**

