

# Une séance de Massages-Bien-Etre...

## Massage Californien :

Ce massage a pour objectif d'améliorer le bien-être en procurant une détente musculaire globale.

## Massage Suédois :

Aussi appelé massage sportif.

Ce massage vise à diminuer les tensions musculaires et favorise la détente profonde par des manœuvres spécifiques et précises.

## Massage pour les futures mamans :

Les mouvements sont à la fois doux et enveloppants et sont adaptés pour favoriser une détente physique et émotionnelle de la maman en devenir.

## Massage Balinais (1h30) :

Massage dynamisant, drainant, idéal pour une remise en forme immédiate.

Le massage débute par un soin des pieds dans une bassine d'eau avec massage des mollets et gommage des pieds puis se poursuit pour le reste du corps sur table.

## Relaxation Coréenne (1h30) :

La personne massée est habillée et allongée sur le dos.

La technique, pratiquée au sol, consiste à créer une ondulation dans le corps par un ensemble de mobilisations, d'étirements et de vibrations.

La relaxation coréenne invite à l'apaisement du mental par le relâchement de toute la musculature, et au lâcher-prise.

### Tarifs de la séance :

1h : 75 €    1h30 : 109 €

Forfait « Montée du Ventoux » : 255 €

4 séances de 30 minutes, pendant la période de préparation.

1 séance d'1 heure pour la récupération après l'ascension.



EN HARMONIE  
CENTRE BIEN-ÊTRE

**Aurélie DEVEZE**

Massages bien-être

&

Hypnose

Tel : 06 19 03 19 75

aurelie.deveze@orange.fr



Aurélie Joubert-Deveze /  
Coaching Bien Etre

Les prestations n'ont aucun but  
pratique médicale ou relevant de la

thérapeutique et ne s'apparentent à aucune  
kinésithérapie