

# CARTE DES SOINS

SPA HOTEL CLUB MMV



Réservation auprès d'Adeline au 06 87 89 51 93

Naturopathe-masseuse certifiée et agréée FENA

## Massages 40 minutes - 75€

- **Réconfort du dos**

Massage profond à l'huile qui se concentre sur cette partie du corps souvent très contractée et constamment sollicitée. Le but est de soulager les tensions accumulées, les douleurs dorsales, les courbatures, les contractions musculaires et de favoriser la relaxation globale.

- **La tête dans les nuages (crânien)**

Technique manuelle douce par légère pression sur les os du crâne, sur le visage, la nuque et le sacrum. Soulagement des tensions, détente, effet particulièrement calmant.

- **Relaxation plantaire**

Séance de réflexologie plantaire de détente pour chouchouter vos pieds. Favorise la relaxation et l'équilibre nerveux.



## Massages 60 minutes - 100€

- **Bulle de bien être**

Massage détente du corps à l'huile par gestes de pression, effleurage, pétrissage. Manœuvres douces et profondes, actives et lentes selon vos envies. Un temps pour se relaxer profondément.

- **Libération émotionnelle aux fleurs de Bach**

Un temps d'échange pour sélectionner les fleurs de Bach qui seront utilisées dans une huile neutre pour ensuite effectuer le massage. Libération des émotions qui vous encombrant.



## Massages 80 minutes - 120€

- **Bien être holistique**

Rituel complet du massage bien-être accompagné d'un soin énergétique pour relâcher profondément et équilibrer le corps et l'esprit.

- **Cocoon à l'huile chaude**

Massage à l'huile de sésame chaude particulièrement enveloppant et réparateur.



## Soins énergétiques 60 minutes - 100€

Un temps pour vous permettre de retrouver un équilibre énergétique corps - esprit en libérant des blocages.

## Consultations naturopathiques - 150€

**Bilan de vitalité** (1h15 - élaboration d'un programme d'hygiène vitale personnalisé) et **suivi naturopathique** (45min) dans les 2 mois - *télé consultation possible*

