

## Massages (à but non thérapeutiques non tantriques)

Suprême (60 min)	Massage relaxant corps Cuir chevelu, visage, nuque, épaules, bras, ventre, mains, jambes, pieds	65€
Divin (45 min)	Massage sur le haut du corps: Cuir chevelu, visage, nuque, épaules, bras, mains, dos	55€
Sensationnel (30 min)	Massage du haut du corps: Cuir chevelu, visage, nuque, dos	40€
L'Extra ( 15 min)	Massage des extrémités: Cuir chevelu, mains, pieds	25€

Possibilité de modifier certaines zones corporelles à la demande,  
Plusieurs choix de produits sont proposés pour le massage: (huiles bio, bougies)

## Soins esthétiques

<b>Manucure</b>	<b>Base</b>	Démaquillage des ongles (si besoin) Limage Nettoyage et pose émollient Soin des cuticules, retrait des petites peaux, lissage Pose de l'huile fortifiante et polissage, lustrage des ongles Pose de base	25 €
	<b>Soins en +</b>	Soin detox ongles et cuticules ( A base de vitamines pour les ongles fragilisés)	7€
		Gommage	7€
		Masque	5€
		Modelage	7€
		Pose de vernis	7€
<b>Pédicure</b>	<b>Base</b>	Démaquillage des ongles (si besoin) Limage – retrait des callosités Nettoyage émollient Soin des cuticules, retrait des petites peaux Soins des ongles avec huile fortifiante et lustrage Pose de base	30€
	<b>Soins en +</b>	Gommage	5€
		Masque	7€
		Modelage	5€
		Pose de vernis	7€

# Spécial événement !

**Massage** ayant pour but de **préparer** le corps au niveau musculaire avant une séance de sport, et/ou pour faciliter la **récupération** sportive après la séance.

## Les bienfaits :

- Anti-stress
- Décontraction musculaire
- Dénouement des tensions
- Détente
- Détox
- Regain d'énergie
- Soulagement des courbatures
- Stimulation de la circulation, (sanguine et lymphatique)

Des pétrissages, des percussions, des pressions, ainsi que des manœuvres de palper-rouler viennent stimuler vos muscles pour les libérer des courbatures lors de ce massage tonique.

Ce massage est pratiqué essentiellement sur les zones du corps les plus sollicitées lors d'un effort sportif intense, notamment:  
Les pieds, les mollets, les cuisses, le dos, les bras, les mains, le cou, mais aussi les chevilles, les genoux, les poignets, les épaules.

Exceptionnellement pour cet événement, bénéficiez de tarifs réduits:

- Mains, bras, dos, cou: 20 minutes = 15 € au lieu de 20 €
- Pieds, mollets, cuisses: 15 minutes = 10 € au lieu de 15 €
- Massage une à deux zones au choix selon vos besoins  
(pieds, mollets, cuisses, dos, bras, mains cou):  
10 minutes = 8 € au lieu de 10 €