AXE THÉRAPIE

Yoga thérapie

Cours particuliers

Visant à aborder certains maux du quotidien. Vous avez une problématique ? J'ai des postures.

1h30 - 60€

Massage ayurvédique

Il fait circuler les énergies tout en calmant le système nerveux. Fait de façon régulière, il améliore la concentration, la confiance en soi, la jeunesse, la mobilité du corps et de l'esprit.

1h30 - 80€

Soin énergétique

En connexion avec votre corps, j'utilise la relaxation afin d'harmoniser les énergies, laisser aller ce qui doit l'être. C'est un soin très lumineux, doux et plein d'amour.

1h30 = 60€

AXE BIEN-ÊTRE

Yoga

Cours collectif

Postures, respiration, relaxation. Je vous guide à observer vos sensations, vos émotions et votre corps lors de séances de hatha yoga

1h15 - 15€

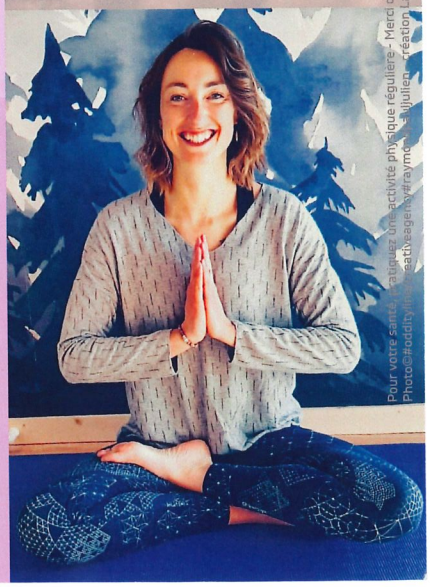
Massage bien-être

S'accorder un moment de détente. Un moment lors duquel corps, âme et esprit ne font plus qu'un.

2 formules au choix :

1h - 60€

1h30 - 80€



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière - Merci de ne pas me
Photo©Hoditty