

Massages • Yoga • Danse

Ayurveda

Soins • Alimentation • Mode de vie
Sagesse Indienne

Qi Nei Zang

Massage du ventre
Chine Taoïste

Ko-Bi-Do

Lifting Manuel Facial
Secret Japonais

TuiNa

Acupression • Tonique
Massage Chinois



Suédois • Sportif

Relaxant
Musculaire

Réflexologie

Unicité du corps
Réflexe • Conscience

Enfant

Découverte
Détente

Danses

Brésiliennes • Créative
Évasion • Intuition

Yoga

Union Divine
Corps • Esprit • Âme

Future Maman

Cocooning
Apaisant

Ayurveda

L'Art de la Longévité & Vitalité Soins Traditionnels de L'Inde

Abhyanga

1h

Massage du corps entier à l'huile chaude spécifique à la constitution (dosha) de la personne. Rééquilibre les doshas, stimule les points énergétiques (marmas), élimine les toxines et dynamise les systèmes circulatoires du corps.

Shiromarmas & Bougies Auriculaires

1h

Massage régénérant du cuir chevelu, visage et décolleté selon l'art de la marmathérapie (points énergétiques) et nettoyage naturel du canal auditif. Ce soin aide à restaurer l'équilibre du corps et favorise le sommeil profond.

Abhyanga thaï sur futon

1h30

Massage pratiqué au sol, inspiré des techniques indienne et thaïlandaise. Sur tout le corps huilé, alternance de pressions toniques, manœuvres enveloppantes, stimulation des méridiens et étirements pour une harmonisation corporelle et énergétique.

Entretien :

Conseils en Nutrition & Ayurveda

1h30

Découvrez votre nature profonde (dosha), des recommandations pour votre routine de vie et l'alimentation personnalisée selon L'Ayurveda.

Pada Kesa Mardana

1h

Massage étoilé des extrémités du corps; la tête, les mains et les pieds. Ces zones comportent un condensé dynamique du corps entier et sont le point final des réseaux des terminaisons nerveuses et des énergies de notre organisme.

Mandala du Ventre

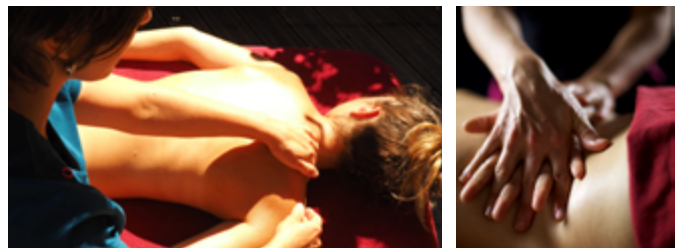
45 min

Massage énergétique du ventre effectué à l'huile de moutarde. Il équilibre l'élément eau (jala) lié aux émotions.

Kansu

45 min

Massage des pieds réalisé avec un bol en cuivre et du ghee pour harmoniser l'élément feu. Apaise les stress, les colères et régularise le sommeil.



Votre corps sera respecté, débarrassé des toxines, nourri et hydraté. Tous nos produits cosmétiques sont naturels ou biologiques. Huiles de massages 100% végétales.

Soins & Massages Ancestraux

Ko-Bi-Do massage facial japonais

1h

C'est le secret ancestral de la jeunesse des japonais.es ! Un mélange harmonieux de manœuvres relaxantes, drainantes et tonifiantes. Suivi d'une réflexologie faciale. Véritable lifting manuel qui redonne éclat et jeunesse aux traits du visage.

Kimeili beauté facial énergétique

1h

Ki énergie en japonais. Meili beauté en chinois. Une technique innovante d'origine asiatique : harmonie subtile entre mouvements dansants, la dextérité des mains et les points d'acupression du visage. Un soin bienfaisant sur le système sanguin, le drainage, la détoxification et fermeté des muscles faciaux. Un rajeunissement naturel efficace dès la première séance !

Qi Nei Zang

1h

L'art du massage du ventre ou des organes internes, provient de la Chine Taoïste. Par des techniques d'acupression, ce massage détoxifie, libère les tensions et émotions stagnantes et fait circuler le Qi (énergie vitale) dans le corps.

TuiNa

1h30

Massage traditionnel chinois dynamique du corps entier habillé. Il prend en compte les méridiens, le concept énergétique (Qi) et une multiplicité de manipulations. Le TuiNa (Tui : pousser, Na : saisir) élimine les blocages et stimule les capacités d'auto-guérison de l'organisme.

Réflexologie Plantaire Thaï

1h

Stimulation par massage des zones réflexes spécifiques de la plante et du dos des pieds, reliées aux organes. Accompagné d'un massage décontractant des mollets pour retrouver légèreté et vitalité.

Réflexologie Palmaire Chinoise

45 min

Un massage des mains en stimulant des points et zones réflexes qui correspondent aux différentes parties, glandes et organes du corps.



L'Art du Mouvement

Hatha Yoga, lignée du Tantra

1h

Yoga signifie l'union entre le corps et l'esprit afin d'atteindre un meilleur équilibre avec soi, l'autre et l'environnement. La séance est composée d'exercices de respiration (pranayama), de postures physiques (asanas), de méditation, de mantras et de relaxation. La pratique du yoga améliore la santé physique, mentale, émotionnelle et spirituelle. Adapté à tous.

Fascia, Yoga & Mouvement

1h

Les fascias sont des tissus conjonctifs qui enveloppent et relient pratiquement toutes les structures internes de notre corps, comme des filets élastiques de la tête aux pieds. La séance se concentre sur la mobilisation du système fascial et relie l'anatomie aux pratiques posturales, respiratoires et énergétiques du yoga. Les capacités physiques, cognitives et perceptives sont favorisées à travers le mouvement et la méditation. Le corps retrouve souplesse, mobilité et équilibre.

Danses Brésiliennes

1h

Un voyage musical et dansant ! L'atelier démarre par des échauffements et prise de conscience du corps, les danses brésiliennes, étirements et relaxation finale. Différentes danses seront enseignées: ciranda, maracatu, maculéle, samba, coco, frevo, forro, funk et d'autres surprises...

Danse Créative

1h

Danse libre et personnelle qui exprime les mouvements naturels du corps, les émotions et envies de l'instant présent.



Les massages de bien-être ne se substituent en aucun cas à des soins médicaux ou à des actes de kinésithérapie. Cependant, ils peuvent améliorer le bien-être physique et émotionnel de l'individu.



+ Infos : Cler FIORELLI + 33 (0)6 26 15 62 09

clerfiorelli@gmail.com - @shambhallamour



Massages Classiques

Suédois

1h

Massage musculaire fluide et enveloppant, aux multiples bienfaits physiologiques. Il s'adapte aux besoins et envies de tous: en mode léger ou profond, relaxant ou tonique selon le rythme et l'intensité souhaitée. Il soulage efficacement les tensions et la fatigue. Excellent avant et/ou après le sport.

Sportif Deep Tissue

1h

Massage musculaire profond et lent, qui vise principalement le travail d'assouplissement des fascias, la détente des muscles tant superficiels que très profonds et l'élimination des toxines accumulées dans votre corps. Idéal après l'effort physique !

Massage Prénatal

1h

Un moment de détente pour vous et votre futur bébé.

Massage

Petit Aventurier

30 min

Les enfants aussi méritent un moment de détente ! Massage doux du corps entier au baume de massage fondant.



Cler Fiorelli, brésilienne, d'origine italo-espagnole est passionnée par le corps, l'art et le mouvement depuis son plus jeune âge. Diplômée en thérapies corporelles, nutrition et danses de plusieurs écoles en France, en Inde et au Brésil, elle aime partager avec générosité ces savoirs acquis.



Sur mesure : ateliers collectifs (séminaires, séjours bien-être, événements). Réflexologie palmaire, mudras (yoga des mains), massage indien de la tête, etc.

Invitation Cadeau : Un cadeau original, offrez un soin !

Profitez du confort du service à domicile ou sur votre lieu de vacances. Tous les jours, soins et massages sur rendez-vous. En cas d'annulation moins de 24h à l'avance, l'indemnité sera de 100% du montant de la prestation prévue.

