

# Tuin'Anmo Massages



Espace de Soins de Bien-être à Bisanne 1500  
ou à domicile

Soins de bien-être issus de la Médecine Traditionnelle Chinoise



Lucile – Tuin'Anmo Massages  
RDV toute l'année au 07.60.22.57.71

[www.tuinanmo-massages.com](http://www.tuinanmo-massages.com)



Tarifs des Soins (espèces, chèque, CB)

25 mn – 30€

50 mn – 50€

1h15 – 65€



Chalet Ameria 30 route des Rosières 73270 Villard sur Doron

# Les Soins Tuina de Bien-Etre à l'huile végétale bio ou habillé\*



## **BAO JIAN ..... 25 MN - 50 MN - 1H20**

Soin complet du corps, relaxant et harmonisant. Alternances de pressions, roulements, vibrations, étirements, percussions... Ré-équilibrage de l'énergie *qi* dans le corps et circulation des fluides dans les tissus

.....*Chinese full body massage*

## **LE SOIN DETENTE ET EQUILIBRE..... 50 MN - 1H20**

Soin relaxant, uniquement à l'huile, avec des mouvements amples et enveloppants, pressions douces pour se reconnecter en douceur avec son corps.

.....*Slow full body massage with organic oil*

## **DECONTRACTURANT MUSCULAIRE..... 50MN - 1H20**

Massage d'échauffement ou de récupération sportive grâce aux techniques de drainage, percussions et étirements. Soin avec une huile d'arnica sur les jambes, les bras, le dos.

.....*Sports massage, back, legs, arms with local arnica oil*

## **LES SOINS DECONTRACTURANTS OU RELAXANTS PAR ZONE.....25MN - 50MN**

- x Détente du dos ...*back relaxation*
- x Détente de la Nuque, des Epaules, Bras et Mains ...*neck, shoulders, hands*
- x Relaxant plantaire ...*foot massage*
- x Détente des Jambes ...*legs relaxation*
- x Yang Ju Tuina, crâne et visage ...*skull and face*
- x Zang Fu Tuina, abdomen et torse ...*abdomen and torso*

## **FEMMES ENCEINTES.....25 MN - 50 MN - 1H20**

Massage selon vos besoins du moment... ..*For pregnant women*

## **LE BAO JIAN DES CROES - ENFANTS- ADOS..... 25MN**

Découverte du massage doux ou tonique pour les enfants curieux (jusqu'à 14 ans)

...*For children and teens*

## **MOXA TUINA..... 50MN**

Massage et application de moxa (armoise séchée en incandescence) sur les principaux points d'énergie. Apporte un réchauffement et du tonus pour le corps et le mental fatigués.

.....*massage and trigger point with incandescent herb to get tonus*

## **VENTOUSES DE FEU..... 50MN**

Les ventouses glissantes et fixes améliorent la circulation sanguine favorisant la nutrition des tissus et permettant l'élimination des toxines. Soin sur le dos. ....*cup massage on back*

## Le Soin Tuina Spécifique

Diverses techniques de Tuina pour apporter un **soulagement à un mal chronique ou aigu**

.... *massage to relieve pains*

\* Le massage Tuina est adapté pour un travail sur habit (tradition chinoise), venez en habits souples en coton de préférence ou legging