

Hémisphère

HYPNOSE - SOINS ÉNERGÉTIQUES

CARTE DES MASSAGES

► **Massage Californien (50 min) 70 €**

Massage relaxant, caractérisé par des mouvements longs, fluides et onctueux qui sculptent et enveloppent le corps pour permettre une relaxation profonde

► **Massage Californien (30 min) 50 €**

► **Massage Ayurvédique (50 min) 80 €**

Le massage ayurvédique permet une relaxation profonde, permettant de relâcher les tensions nerveuses et musculaires qui entravent la libre circulation de l'énergie du corps. Il possède également une forte capacité à éliminer les toxines, qui sont évacuées à la suite du massage par le système digestif.

► **Massage Suédois (50 min) 85 €**

Le massage suédois est une technique dynamique qui consiste en un enchaînement de manœuvres exécutée principalement sur la musculature et les articulations. Il a également pour but de faire circuler le sang vers le cœur. Très souvent conseillé pour les sportifs de haut niveau.

► **Massage hawaïen « Lomi-Lomi » (60 min) 85 €**

Massage réalisé à l'aide d'huile de monoï tiède, les geste, influencés par la musique au rythme des vagues, réalisés avec les avant-bras, les mains, les poings, ils alternent des pressions simples et glissées, étirements, frictions, pétrissage, il a pour vertu de dénouer les tensions musculaires, d'apaiser le stress grâce à une harmonisation de cette même énergie et une reconnexion de nos parties intérieur, un recentrage personnel pour acquérir une plus grande sérénité corps et esprit.

► **Massage futur maman (30 min) 55 €**

Douleurs dorsales, jambes lourdes, peau sèche ... adapté aux femmes enceintes de plus de 3 mois de grossesse, ce soin aux multiples bienfaits vous aidera à diminuer les tensions et la fatigue et à vous sentir bien dans votre corps et dans votre tête de futur maman.

► **Massage enfants (25 min) 45 €**

Découverte aux enfants de 6 à 14 ans les vertus des massages, les mouvements enveloppants, doux et les légères pressions permettant à votre enfant de ressentir la détente, l'amélioration du sommeil, meilleur concentration, apaisement, diminution de l'impulsivité...

Un véritable moment de calme et d'exclusivité.

Hémisphère
HYPNOSE - SOINS ÉNERGÉTIQUES

LENTREMY Laëtitia

60 rue Saint Thomas - 73500 Avrieux

Tél : +33 6 79 30 69 48

www.massage-hypnose-savoie.com



Hémisphère

HYPNOSE - SOINS ÉNERGÉTIQUES

LES DOMAINES D'INTERVENTIONS DE L'HYPNOSE CLINIQUE THÉRAPEUTIQUE

- ▶ Les troubles anxieux (stress, angoisses, peurs, attaques de panique)
- ▶ Troubles de l'humeur (dépressions, trouble affectif)
- ▶ Troubles somatoformes (troubles physique liés généralement au stress)
- ▶ Les troubles dissociatifs
- ▶ Les troubles sexuels
- ▶ Les addictions (tabac, alcool)
- ▶ Les troubles de conduites alimentaires
- ▶ Troubles du sommeil
- ▶ Troubles de l'adaptation
- ▶ L'ensemble des troubles de la dépendance
- ▶ Troubles du contrôle et des impulsions
- ▶ Les troubles de la personnalité
- ▶ La douleur
- ▶ Les analgésies (gestion de la douleur)
- ▶ Développement personnel (la confiance en soi)
- ▶ Etudes
- ▶ Milieu sportif-optimisation des ressources

80 € la séance

Forfait 2 séances 140 €

Forfait 3 séances 200 €

Hémisphère
HYPNOSE - SOINS ÉNERGÉTIQUES

LENTREMY Laëtitia

60 rue Saint Thomas - 73500 Avrieux

Tel : +33 6 79 30 69 48

www.massage-hypnose-savoie.com