

*******TARIFS*******

30min = 52€ // 1h = 93€ // 1h30 = 125€

*****POSSIBILITE D'OFFRIR UN BON CADEAU**

*****TARIFS FORFAITS : 10 % de réduction sur tous les massages**
Réservez 3 séances dans la même semaine (pour un groupe ou en individuel) Disponible sur les créneaux de 10 h à 16 h 45.

*****OFFRE DECOUVERTE MASSAGE OSTEOTHAÏ : 1h30 = 100€**
Disponible sur les créneaux de 10h à 16h45

*****OFFRE DECOUVERTE Cranio Sacrale : 1h = 80€**
Disponible sur les créneaux de 10h à 16h45

*****Frais pour déplacement à domicile : 10€**

MODES DE PAIEMENT ACCEPTES :

Espèces, virement bancaire, chèques et cartes de crédit/débit.

MANO KĀYA



MASSAGES

**LES MASSAGES DES
CHALETs D'EMERAUDE & MANO KAYA**

A L'ESPACE BIEN ETRE

Chalets D'Emeraude Route de la Traies, Les Saisies

Lundi au vendredi

10h à 20h30

&

A DOMICILE

*Dans un rayon de 15 km ****

Lundi au dimanche

10h à 20h30

Nous sommes un collectif de masseuses Annelle & Maëlys.
Notre objectif, à travers chaque soin, est de vous aider à trouver équilibre, harmonie et détente, tant sur le plan physique que mental. Les massages que nous proposons sont une véritable thérapie de bien-être, conçue pour favoriser la relaxation, réduire les tensions musculaires et vous offrir une sensation globale de mieux-être.

Avant chaque soin, nous prenons le temps d'un entretien personnalisé pour comprendre vos attentes, vos besoins spécifiques et vos envies. Cette étape essentielle nous permet de créer une expérience sur mesure, parfaitement adaptée à vos objectifs : qu'il s'agisse d'une profonde détente, d'un soulagement des tensions ou d'un regain d'énergie.

Découvrez notre menu de massages personnalisés, pensé pour répondre à vos besoins uniques et vous offrir un moment inoubliable de bien-être.

"

Merci de réserver avec

Annelle 07 49 10 87 22

manokaya.massages@hotmail.com

MASSAGE OSTEOTHAÏ 60 ou 90 mins

Une combinaison d'ostéopathie et de massage thaïlandais, utilisant des étirements et des pressions qui visent à rétablir l'équilibre du corps en travaillant sur les tensions musculaires, les blocages articulaires et la circulation de l'énergie.

Bénéfices : Détente profonde. Souplesse et la Mobilité & souplesse, Rééquilibrage Énergétique, amélioration de la performance, Réduction des douleurs dorsales, Amélioration de la posture de la circulation, Réduction du stress, détente musculaire, Boost d'énergie, Sensation de légèreté.

Avec Annelle lundi à vendredi.

REFLEXOLOGIE THAÏ 60 mins

Stimulation des points réflexes des pieds pour améliorer le bien-être global. Inclut des étirements et des pressions pour favoriser la circulation et libérer les tensions.

Bénéfices : Réduction des douleurs, amélioration de la circulation, sensation de légèreté. **Avec Annelle lundi à vendredi.**

SOIN CRANIO SACRALE 30 ou 60 min

L'approche Cranio Sacrale offre de nombreux bienfaits grâce à son approche douce et holistique, qui vise à rééquilibrer le système cranio-sacral du corps. Travail sur la base crânienne.

Bénéfices : Réduction du stress et des tensions. Soulagement des douleurs chroniques. Amélioration de la qualité du sommeil. Soutien en cas de troubles émotionnels. Rééquilibrage global et Bien-Etre holistique.

Avec Annelle lundi à vendredi

MASSAGE SPORTIF 60 ou 90 min

Massage dynamique visant à préparer les muscles à l'effort ou à favoriser la récupération après l'exercice, ciblant les couches profondes des muscles et du tissu conjonctif.

Bénéfices : Amélioration de la performance, réduction des courbatures, prévention des blessures, amélioration de la mobilité.

Les massages peuvent être utilisés comme une approche complémentaire pour soutenir le corps dans sa récupération ou son équilibre, mais ne remplacent pas un diagnostic, un traitement médical ou une intervention chirurgicale.

TOUCHER DRAINANT 60 ou 90 min

Ce massage-bien-être se fait en pression très légère, sur le visage, le cou, l'abdomen et les cuisses.

Bénéfices : Stimulation de la circulation de la lymphe, encourage l'élimination des déchets pour favoriser une revitalisation cellulaire générale du corps. **Avec Maëlys, les mercredis ou jeudis.**

MASSAGE LOMI LOMI 60 ou 90 min

Massage hawaïen utilisant des mouvements longs et fluides qui rappellent les vagues de l'océan. Réalise un travail en profondeur pour une détente physique et émotionnelle.

Bénéfices : Relaxation profonde, libération émotionnelle, harmonisation de l'énergie.

MASSAGE PERSONNALISÉ 30, 60 ou 90 min

Description : Massage sur mesure qui combine différentes techniques selon vos besoins spécifiques. Idéal pour une expérience entièrement personnalisée.

Critères de massage :

Pressions : douce / moyenne / profond

Vitesse : lent / dynamique

Muscle : musculaire / schéma corporel

Enveloppant : liant toutes les parties du corps

Bénéfices : Flexibilité maximale, traitement ciblé, expérience unique à chaque séance.

KOBIDO ® 60 min

Massage du visage issu des pratiques japonaises, avec des palpé-roulés, picotement et frictions douces.

Bénéfices : Tonifie la peau et ressource l'esprit.

Avec Maëlys, les mercredis ou jeudis.

FEMME ENCEINTE 60 ou 90 min

En position latérale, avec une gestuelle légèrement appuyée, ce massage permet d'améliorer les zones malmenées par la grossesse.

LES ENFANTS 30 min

Massage tout doux adapté aux enfants, sur la zone de leur choix.

SOINS AUX HUILES BIO ET CERTIFIEES