

Nathalie Saincry

*Chaque être humain représente la première création
du cosmos, une entité unique*

*Ayurveda ou
l'expression de l'être magique de l'Amour*

Energéticienne - Massages - Nutrition - Yoga - Reiki

06 85 55 08 53

SOINS DU CORPS

Les huiles végétales et macérats utilisés sont en grande partie confectionnés selon les principes de l'Ayurveda. Les plantes aromatiques et fleurs sont cueillies avec respect dans notre région. Elles seront à votre service en fonction de vos besoins et de la saison.

PADABHYANGA bol Kansu et ghee (beurre clarifié), 1h : Adultes - Enfants

Apaise et équilibre l'élément feu dans le corps, source de colère, d'angoisse, d'insomnie...
Ce soin des pieds est un moment de détente profonde du corps, calme le mental. En agissant sur les points réflexes et les fluides corporels il redonne vitalité, douceur aux pieds et jambes fatiguées

DÉTENTE DU DOS, 45 min : Adultes - Enfants

Ce soin relaxant permet de soulager et libérer les tensions du dos et d'apaiser le mental.
Ce soin est finalisé par des respirations et un étirement très doux.

SHAMPI, 1h15

Massage ayurvedique du dos, du cou, de la tête et du visage.

Ce soin est détoxifiant, il permet de libérer les tensions accumulées lors de stress ou de surmenage intellectuel...il apaise le mental et clarifie l'esprit en équilibrant les 3 derniers chakras. Les traits du visage sont adoucis, votre peau revitalisée.

SINGAPOUR, retrouvez votre équilibre intérieur, 1h30

La douceur des pierres chaudes posées sur des points précis du corps permet le relâchement des tensions, le massage chinois du dos les délogent, le soin des pieds réharmonise et régule les fluides, vos organes sont détoxifiés et vitalisés grâce au soin malaisien de l'abdomen. Accompagné d'une relaxation profonde ce soin procure une sensation de réconfort, d'apaisement, de lâcher prise, de légèreté et de vitalité. Votre visage retrouve sa lumière.

MAGIE ANTI STRESS, 1h15

Ce soin vous enveloppe par la fluidité des mouvements qu'il offre. La douceur de l'huile tiède libère les méridiens et redynamise la circulation lymphatique. Un réel moment de relaxation du corps et un apaisement de l'esprit.

SOINS ÉNERGÉTIQUES

- Reiki ou Magnétisme et accompagnement

Adulte 1h - Enfant

Soin énergétique et Massage, 1h30

L'individu est constitué des 5 éléments de base :
l'Ether, l'eau, le feu, la terre, l'air.

Ils s'organisent en 3 forces dans le corps appelées VATA, PITTA, KAPHA formant notre «constitution». Elles doivent **être équilibrées** pour maintenir une harmonie avec ce que vous êtes profondément, retrouver une paix intérieure, un sentiment de joie qui vous permet de vivre pleinement et retrouver votre potentiel.

Nous pouvons ensemble définir votre constitution afin d'adapter une alimentation, un style de vie, des Soins personnalisés par le massage et le yoga.

ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE - CONSEILS

Consultation en vue de déterminer votre constitution d'1h à 1h30