

Carte des prestations bien-être

durant votre séjour à l'écolo-gîte du Moulin 49320 Saint-Saturnin sur Loire

SUR RESERVATION 06.61.09.03.70

🌸 Atelier bien-être et ressourcement individuel, en couple ou en famille 1 à 4 personnes

Vous repartez avec des outils et conseils concrets à utiliser chez vous.

- Se poser, relâcher les tensions du corps par la relaxation dynamique.
- Se ressourcer et se revitaliser par des automassages minute.
- Se recentrer, revenir à soi par la respiration et relaxation.

Tarifs : 1 heure = 60€ / 1h30 = 90€ / 2h = 120€

🌸 Massage assis sur chaise ergonomique

Massage habillé : détente du dos, de la tête, du visage, des bras, mains, jambes et pieds.

Tarifs : 30 min = 30€



🌸 Massage aux huiles, très relaxant, en musique

Massage complet du corps, de la pointe des cheveux aux orteils.

Tarifs : 1h = 60€ - 1h30 = 90€



🌸 Soin énergétique Jin shin Jyutsu® (art énergétique japonais)

Cette pratique revitalise et harmonise le corps, l'esprit et les émotions par une tenue douce des points situés sur les circuits énergétiques du corps.

Tarifs : 1h = 60€

Pose toi

Christelle Horreau ☎ 06.61.09.03.70

Formatrice, praticienne et intervenante bien-être

Chaque soin débutera par un entretien individuel. Chaque intervention est personnalisée en fonction des besoins et de l'âge des participants. Ces soins ne sont pas d'ordre médical. L'objectif est de favoriser la détente, le relâchement et le ressourcement.