

TARIFS octobre 2015 – septembre 2016

MASSAGES ET SOINS AYURVÉDIQUES

Sur rendez-vous

ABHYANGA (50 mn) Massage indien du corps avec des huiles ayurvédiques. Harmonisant, il renforce la vitalité.	64 €
Forfait pour 5 abhyangas	256 €
UDVARTANA (40 mn) Modelage du corps avec un mélange de farine de pois chiche et de plantes ayurvédiques. Nettoie la peau en profondeur et affine la silhouette.	72 €
COMME AU HAMMAM (50 mn) Sudation du corps à la vapeur suivi d'udvartana.	80 €
KANSU (40 mn) Massage indien de la plante des pieds avec un bol constitué d'un alliage de cinq métaux et du ghee. Equilibre l'élément Feu. Il apporte une détente très profonde de tout le corps et régularise le sommeil.	51 €
Forfait pour 5 kansus	204 €
AMÉLIORATION DE LA VUE (50 mn) Massage indien du visage, du dos, suivi de kansu.	64 €
SHIRODHARA (40 mn) Application d'un filet régulier d'huile chaude sur le front. Apaise le mental.	105 €
Forfait pour 3 shirodharas	252 €
PITCHOULI (30 mn) Modelage du corps entier avec des huiles ayurvédiques chaudes.	80 €
SAUNDARYA (30 mn) Massage de la tête et du visage avec des huiles ayurvédiques.	46 €
AUTOUR DE LA NAISSANCE Massage préconception, pré- ou postnatal (50 mn)	64 €
Atelier « Shantala » (50mn), pour apprendre aux mamans à masser leur bébé, selon la tradition indienne (vidéo et massage du bébé).	50 €
ENTRETIEN Conseils en alimentation et soins ayurvédiques.	63 €

TARIFS octobre 2015 – septembre 2016

« 1/2JOURNÉES BIEN-ÊTRE » (environ 3h)

Chaque demi-journée inclut kansu et le massage des mains, plus des soins spécifiques, déterminés ensemble en fonction de votre constitution ou de vos besoins.
Toute inscription, au moins une semaine à l'avance, devra être accompagnée du versement d'une 1/2 journée.

octobre 2015 à mai 2016 à partir de 2 demi-journées	165€ 135€
juin 2016 à septembre 2016 à partir de 2 demi-journées	176€ 145€

RAJEUNISSEMENT

Pichauli (modelage du corps avec des huiles ayurvédiques chaudes.), suivi de *Shashtishalipindsweda* (soin du corps avec un mélange de riz, de lait et d'herbes ayurvédiques)

ou HARMONIE DU CORPS

Sudation-*Udvartana* et linge mouillé

ou CALME INTÉRIEUR

Shirodhara (application d'un filet régulier d'huile chaude sur le front). Apaise le mental.

SÉJOURS

« DÉCOUVERTE » - « DÉTENTE » « RESSOURCEMENT »
en fonction de votre temps et de vos envies

2 jolies chambres sont à votre disposition pour une détente en profondeur.
Nous consulter pour un devis personnalisé

COURS DE HATHA-YOGA de septembre à juin
(lundi et mercredi 18h00-19h15)

ASSURANCE	25 €		
	A l'année	280€	(7 €/cours)
COTISATION	Septembre	35 €	(8,15 €/cours)
	Au trimestre	98 €	
	Au mois	35 €	(8,75 €/cours)
	Au cours	10 €	