

# Massages & Soins au Manoir

## **Massage Relaxant : 90€ .....1h et 120€ .....1h30**

Massage adapté aux besoins de chacun. Il est un véritable lâcher prise du corps et de l'esprit, permet d'apaiser la nervosité et de prendre conscience de son schéma corporel. C'est un massage qui est fait sur mesure pour vous que ce soit au niveau de vos tensions ainsi que de votre état d'esprit. Une jolie invitation au voyage vers vous-même.

## **Massage Ayurvédique : 110€ .....1h et 138€ .....1h30**

L'Abhyanga est un des plus anciens massages du monde, issu d'une sagesse indienne de plus de 5000 ans et de sa médecine, l'Ayurvéda. Ce massage se pratique avec l'huile de sésame chaude. Le corps est détendu en profondeur de la tête aux pieds, libéré de ses toxines. Techniques de massage des pressions, tapotements, pétrissages et frottements.

## **Massage Lomi-Lomi : 110€ .....1h**

Ce massage nous vient tout droit d'Hawaï. C'est un massage profond et rythmé. Le rythme est relaxant, il se pratique en longs mouvements fluides des avant-bras et des mains pour "nourrir" le corps en profondeur, associé à un travail puissant de pressions des coudes et de "nettoyage" des muscles.

## **Massage Balinais : 110€ .....1h**

Le principal bienfait apporté par le massage balinais est la relaxation du corps et de l'esprit. Il stimule les principaux points d'énergie du corps et contribue à détendre les muscles, grâce aux exercices d'étirements. Ce massage apporte un regain d'énergie et de bonne humeur en agissant sur le système nerveux et la circulation. C'est un massage profond et complet de l'ensemble du corps. Il s'adresse aux personnes voulant se détendre en général et n'ayant pas besoin de soulager une douleur localisée à un endroit en particulier. Ce massage permet également d'hydrater la peau en profondeur.

## **Massage Aux Coquillages : 110€ .....1h et 138€ .....1h30**

Massage de relaxation profonde qui permet d'harmoniser le corps et l'esprit. Alliant les manœuvres avec et sans coquillages, il décontracte les muscles en profondeur. Les coquillages, des palourdes tigrées, sont riches en carbonate de calcium. Ils ont chauffé grâce à un mélange d'algues et d'eau salée (mélange naturel et biodégradable). La chaleur reste stable et ne brûle pas la peau.

## **Massage Cocon Femme Enceinte : 90€ .....1h**

Ce massage, réservé aux femmes enceintes de plus de trois mois, vous permettra de vous détendre et d'éliminer les tensions, les courbatures et la fatigue, liées à votre grossesse. A la fois doux et enveloppant, laissez-vous envahir par ce moment de bien-être avec votre bébé.

## **Réflexologie plantaire : 72€ .....45min**

Elle s'inspire de techniques ancestrales asiatiques et indiennes, mais également de techniques occidentales plus récentes. Vous préciserez vos attentes et souhaits et la séance s'effectuera par des manœuvres de pétrissages, lissages et pressions sur des points et zones réflexes.

*« La Cabine » vous accueille à partir de 18 ans.  
Nous vous informons, que les massages sont formellement interdits  
aux femmes enceintes de moins de trois mois.*

**Pour réserver, composez le 1000 pour joindre la Réception.  
For an appointment dial 1000 for the Front Desk.**