

LES SOINS ESTHÉTIQUES



LE VISAGE

Soins visages personnalisés, adaptés à vos besoins du moment et à votre type de peau : Hydratant, Apaisant, Purifiant, Anti-âge...

Soin « Coup d'éclat » (30 min) : gommage simple + masque. **45 euros**
ou gommage masque expert : peeling fruits ou Bio Peel (poudres ayurvédiques)

Soin « Essentiel » (60 min) **75 euros**

Soin complet pour un visage ressourcé et reposé : durant le temps de pose du masque, massage au choix des mains ou des pieds.

Soin « Expertise » (90 min) **95 euros**

Selon vos besoins du moment, soin visage ciblé avec un long massage de détente, ou ciblé anti-âge et raffermissant, avec des gammes adaptées à votre peau.

Le KOBIDO (75 min) Massage japonais traditionnel du visage **85 euros**

Alternance de mouvements dynamisants et calmants, travail des méridiens. La peau apparaît lissée, éclatante et amène une profonde détente.

LE CORPS

Soin « Détox du dos » (60 min) Pour un dos nettoyé et relaxé **75 euros**
(gommage dos, masque, massage, extraction comédons si besoin)

Soin « Jambes légères » (45 min) **60 euros**

Massage drainant jambes et pieds, suivi d'un enveloppement gel frais.

Gommage corps (30 min) « Escapade sucrée » ou « Pépites d'argan » **45 euros**

Enveloppement (30 min) Algues / Karité & Monoi / Rhassoul & Karité **45 euros**

MASSAGES 30 min

- Massage Détente (30 min)** Massage du dos ou dos et jambes. **45 euros**
Shiroshampi (30 min) Nuque, épaules, décolleté, visage et cuir chevelu **45 euros**
 Activation des points marmas de ces zones, permet une relaxation profonde.

MASSAGES 1h

- Massage bien-être (60 min)** (*Californien, balinais, polynésien...*) **75 euros**
 Adapté à votre demande : doux, tonique, dynamisant, sportif..., corps & visage.
- Massage Chi Nei Tsang (50 min)** **65 euros**
 Massage du ventre très appuyé taoïste rythmé par la respiration afin d'améliorer le transit, détoxifier les organes et lâcher le deuxième cerveau émotionnel.
- Massage Prénatal (60 min)** **75 euros**
 Relaxant, hydratant et enveloppant. Mouvements doux et étirements.
- Réflexologie plantaire (30 ou 60 min)** **45/75 euros**
 Massage avec acupressions sur la voûte plantaire, détoxification des organes.
- Massage aux Pierres Chaudes (60 min)** **80 euros**
 Massage énergétique qui permet grâce à la chaleur des pierres de dénouer les tensions et libérer les blocages énergétiques

Delphine & les massages au sol

(Vous restez habillé pour ces massages)

- Relaxation Coréenne (75 min)** Corps : étirements, mobilisations, vibrations, « art de la détente profonde », lâcher-prise. **75 euros**
- Shiatsu Zen (75 min)** Massage corps et tête, pressions, étirements le long des méridiens, détente /dynamisation. **75 euros**

MASSAGES

Massage Détente Globale (90 min)

Massage corps, visage & cuir chevelu. Pour une détente profonde et davantage de lâcher-prise, adapté à votre rythme et vos besoins.

95 euros

Charline : L'AYURVEDA et le Reiki

L'Abhyanga (75 min)

85 euros

Relaxant et énergisant, ce massage à l'huile est adapté à la personne pour rétablir son équilibre énergétique. Massage ralliant corps et esprit.

Marmas (75 min)

85 euros

Massage composé par l'activation des points vitaux d'énergies (marmathérapie). Rétablit un bon passage d'énergie et l'harmonie des vents intérieurs.

Kansu (60 min)

75 euros

Réflexologie indienne suivie de l'utilisation du bol kansu (alliage de 5 métaux), harmonisant les énergies. Détoxification des organes et libération des émotions.

Vishesh (50 min)

75 euros

Massage énergétique, dynamisant et chauffant. Aide à éliminer les toxines, travailler les « nadis » (méridiens en ayurvéda). Apporte de l'énergie.

Gommage ayurvédique (30 min)

45 euros

Gommage à la farine de pois chiche et à l'huile de sésame, véritable nettoyage énergétique, afin de nettoyer aussi bien le corps que l'esprit.

Soin Reiki USUI (25 min)

40 euros

méthode de soin non conventionnelle d'origine japonaise permettant l'envoi d'énergie par apposition des mains sur les chakras afin de les harmoniser. Apporte apaisement et équilibre. Le soin s'effectue habillé.

SERENITUDE, un lieu pour soi

Tous nos massages sont réalisés sur mesure,
en fonction de vos besoins et des bienfaits recherchés.

Les massages en duo

Massage en duo : 1h : 75 euros /personne 1h30 : 95 euros/personne
Vous êtes massés dans la même pièce pour un temps de détente partagé.



LES FORMULES : formule valable pour un seul rdv :

FORMULE COCOONING (60 min) : 80 euros

2 soins consécutifs au choix de 30 min

FORMULE SERENITUDE (90 min) : 100 euros

1h30 de soins consécutifs au choix (*ex : soin visage + massage...*)

VOYAGE INTEMPOREL (2h de soins au choix) : 140 euros

Ex : 1 gommage 30 min + 1 enveloppement 30 min + 1 massage 60 min

**Institut ouvert sur rendez-vous
du lundi au dimanche : 09h30-19h00 (20h en saison)**