



pour amener bien-être et équilibre des énergies, facilitant la guérison.

- Les séances se déroulent au sol, sur un tatami ou un matelas fin. Le receveur est en pantalon et haut souples, permettant une bonne liberté de mouvement.

Les Massages Thaïlandais

Le Traditionnel

On retrouve dans cette pratique ancestrale l'influence du Shiatsu ou de son ancêtre chinois le Tuina, mais aussi l'influence du Taoïsme, de l'Ayurveda Indien et du Yoga. Paradoxalement on en attribue la paternité non pas à un thaïlandais mais à un médecin bouddhiste indien, Jivaka Kumar Bhaccha, disciple de Bouddha et médecin royal.

Il est principalement enseigné dans les Temples Bouddhistes et pratiqué dans tous les hôpitaux de Thaïlande, notamment le Chiang Mai Old Medecine Hospital, haut lieu de la pratique et de l'enseignement du massage thaïlandais. Il y est fréquemment associé aux soins médicaux,

La Réflexologie plantaire

Dans les philosophies orientales, les pieds sont la représentation miniaturisée de l'être humain, et l'être humain lui-même est une réplique de l'univers. Ce massage procure un réel bien-être et, certains y voient même le secret d'une santé préservée.

La réflexologie est une thérapie holistique; elle considère l'individu dans sa globalité. Le donneur commence donc par travailler le pied dans son ensemble. Puis, il se concentre sur les points de blocage qu'il a repéré.

Le massage Californien

Le massage Californien est une technique récente créée en Californie dans les années 1970. C'est un massage enveloppant et relaxant qui se pratique avec de l'huile, sur une table de massage. Il est fait de longs mouvements fluides et harmonieux sur l'ensemble du corps. Le donneur utilisant des mouvements de lissage, de pétrissage et de pressions glissées.

- Le receveur est en sous-vêtements (slip ou string). Il est allongé sur une table de massage et recouvert d'un linge.

Les massages assis

Les techniques mises au point pour ces massages permettent ; soit de traiter des personnes pour lesquelles la position couchée prolongée est devenue inconfortable, soit de pratiquer des massages plus courts dans le temps mais traitant des zones de tension plus ciblées (ex : dos/nuque/tête ou encore : pieds/jambes/mains).

Les soins assortis

Les bains

Les bains, qui assainissent et assouplissent merveilleusement la peau sont aussi un excellent moyen de préparer le receveur à la détente procurée par les massages en maximisant donc les bénéfices.

- Bain de pieds au sel
- Bain de pieds à l'huile tiède
- Bain hydratant des mains
- Bains de vapeur (visage)

Liste des soins, date de disponibilité et tarifs, à confirmer.



Votre technicienne bien-être

Mme Betteridge Sandrine
24270 Lanouaille
☎ 05 53 52 73 57
☎ 06 73 47 66 36
N°siret :50277203100014

Mrs Betteridge is perfectly
bilingual and will be able to put at
ease any english speaking citizen;
please do ask for advice

Elle travaille depuis 1991 dans le domaine
du soin à la personne. Cumulant jusqu'en
2001 une expérience d'aide soignante, en
maison de retraite médicalisée, à domicile
auprès de personnes sévèrement
handicapées ainsi que d'assistante dentaire
dans un cabinet de dentiste et
orthodontiste.

Intriguée par les approches holistiques,
non orthodoxe de la santé et du bien-être ;
elle met à profit un séjour en Thaïlande en
2002 pour suivre une formation à l'art des
techniques du massage traditionnel
Thaïlandais et à la réflexologie plantaire
Thaï (protocole de Chiang Mai).
Ayant suivie en septembre 2007 une
formation aux techniques de massage
Californien à Paris, dans un centre agréé de
renommé, elle s'applique désormais à faire
découvrir au public local, tous les bienfaits
du massage de bien-être.

Mme Betteridge tient à mettre l'accent sur
le caractère non médical des soins
proposés. Tous ont pour vocation le bien-
être et la relaxation.

**Strictement aucune performance
à caractère érotique!**

MERCI de n'en pas demander

**SVP, ne pas jeter ce dépliant sur la
voie publique.**

Tarifs 2010

Massages de bien-être

(MDBE)

Traditionnel Thaï 1h30	50€
2h	60€
Réflexologie plantaire 1h	45€
Californien 1h	42€
1h30	52€
Assis* 20mn	15€
30mn	22€
60mn	38€

Prévoir 1 drap de bain et 2 petites
serviettes

*uniquement disponible à partir
de 60mn par déplacement
ex : 3personnes à 20mn, ou 2 à 30

Soins assortis

(ces soins sont en complément
de massage uniquement)

Disponibles prochainement

Bain de pieds au sel
Bain de pieds à l'huile tiède
Bain hydratant des mains
Pré-savonnage inclus
(savon noir)
Bain de vapeur visage

Pour tous ces soins, un accès
facile à l'eau chaude est impératif.
Prévoir également une petite
serviette sèche, supplémentaire.

Frais de déplacement

Au delà de 10kms, surplus
kilométrique applicable au tarif en
vigueur.

Nos Cartes

Cartes Fidélité

10 massages plein tarif achetés
= 1 gratuit

Cartes parrainage

1 soin offert au parrainé, pour son
premier massage et 1 soin à son
parrain lors de son prochain
massage !

Nos abonnements

Formule intense

347€

Pendant 8 semaines,
1visite/semaine avec alternance :
MDBE Thaï + 1 soin assorti /
MDBE Californien + 1 soin assorti
(massages : 1h30)

Formule maintient

385€

Pendant 10mois,
1visite / mois, MDBE au choix
(1h30) ou réflexologie plantaire

Formule découverte

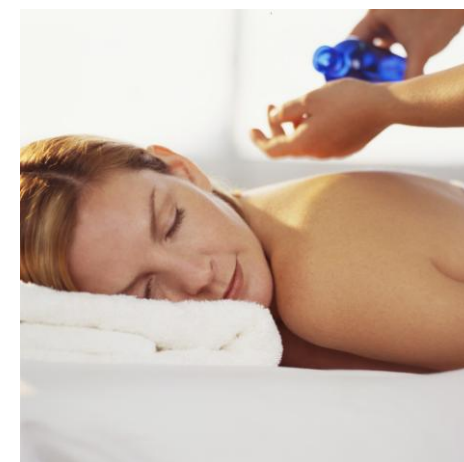
126€

1MDBE Traditionnel Thaï 1h30 +
soin assorti
1MDBE Californien + soin assorti
1 réflexologie plantaire + soin
assorti

Cocoon

(Soins à domicile)

Besoin de vous détendre ?
De vous revitaliser ?
Ré-équilibrer vos énergies ?
Ou tout simplement ;
Oublier tous ces petits maux
liés aux tensions nerveuses ?



**Découvrez les bienfaits
du massage de relaxation !**

Ou, faites les découvrir...

**Cartes cadeaux
à offrir**

