

## L'art du massage, la force de l'énergie



Activités

Bien-être

Saint-Nazaire

Solo

49€

### Description

C'est à Saint-Nazaire, « Le port de tous les voyages », qu'Adèle a souhaité poser ses valises après avoir vécu en Asie et Océanie et s'être formée dans des écoles reconnues au Royaume de Siam. C'est au travers de ses

expériences et de ses rencontres que « l'art du toucher » prend tout son sens pour écouter, prendre soin, adoucir. Solaire et dotée d'une énergie communicative, Adèle s'adapte à chaque besoin pour retrouver un corps souple et apaisé en apportant relaxation profonde et libération des tensions. Elle vous propose trois types de massages en fonction de votre besoin de relâchement ou d'ancre dans son cocon de sérénité. Une tisane vous est offerte pour « poser » ce moment de bien-être avant de prendre l'air et vous gorger de l'air iodé du front de mer situé à quelques pas. **Valable toute l'année du lundi au vendredi, de 9h à 17h.**

## Programme

Vos prestations pour 1 personne :

- 1 massage de 45 min au choix :
  - Massage "Étoile" : massage détente : réflexologie plantaire thaï et massage des mains, de la nuque et du crâne.
  - Massage "Énergie Vitale" : massage signature inspiré du massage traditionnel thaï, pratiqué habillé, sur futon. Travail énergétique et étirements doux (dos, jambes, ou combinaison ciblée).
  - Massage "Sérénité Absolue" : massage sur table avec des huiles végétales bio et françaises (dos, jambes, ou combinaison ciblée).
- Une tisane offerte à la fin du massage

## Les petits plus

- Huiles végétales biologiques et françaises
- Stationnement facile et gratuit

## A deux pas

Le parc paysager et le jardin des plantes pour une balade bucolique le long du front de mer.

Nous vous invitons également à être un parfait découvreur en Loire-Atlantique et vous suggérons quelques bonnes pratiques.