

Oasis au coeur de la ville



Activités

Bien-être

Nantes

Duo, Solo

45€

Description

Voilà la promesse de ce moment à vivre seul(e) ou à deux selon la formule choisie.

Bienvenue dans cette oasis en pleine jungle urbaine dédiée au bien-être, à la relaxation et réunissant tout ce qui est bon pour le corps et l'esprit : activités physiques et de détente, conférences, ateliers, boutique et restaurant végétarien bio. Prendre soin de soi autrement, l'ADN de ce tiers lieu unique en France. Viser la détente profonde pour tous les publics... sa philosophie !

Valable toute l'année sauf le dimanche.

Programme

Vos prestations pour 1 personne ou 2 personnes

Solo : au choix

- Séance de réflexologie (60 mn)
- Relaxation coréenne (45 mn)
- Massage dos/nuque (40 mn)
- Massage ayurvédique (45 mn)
- Séance d'art thérapie
- Combinaison Amma assis (30 mn) avec massage crânien (20 mn)
- Massage du visage (20- 25 min) + massage des mains ou des pieds
- Shiatsu Relaxation profonde sur table (1h)
- Massage Thaï tête et nuque (45 mn)

Duo : au choix

- Atelier d'aromathérapie
- Atelier massage duo dos/nuque (30 mn)
- Massage Amma assis (20 mn chacun, l'un après l'autre)

Les petits plus

- Le restaurant bio et végétarien qui propose une cuisine saine et gourmande
- Des ateliers et conférences pour toujours plus de naturel dans sa vie.

À deux pas

La grue Titan, le Carrousel des Mondes marins, l'Éléphant, les Anneaux de Buren... autant d'incontournables à ne pas manquer sur l'île de Nantes.