

## *Les Ateliers de Massages-bien-être*



*Vous souhaitez apprendre quelques techniques de massages-B-E simples et efficaces pour favoriser détente et bien-être, dans le cercle de la famille et des amis ?*



*Je vous propose, dans un climat qui se veut simple et convivial, un temps privilégié, de calme et de détente, unique à partager .*

*Apprendre à Donner mais aussi Recevoir.*



*Possibilité de venir seul(e), en couple, entre ami(es), mère et fille, sœurs...*

*(vous serez par deux lors des ateliers)*



*Cette initiation ne demande pas de connaissance particulière sinon d'être à l'écoute de vous même et de la personne massée.*



*Il ne s'agit pas de formation à visée diplômante ni qualifiante et ces ateliers ne permettent évidemment pas un exercice professionnel.*

## Détail des ateliers

- Atelier massage-bien-être du dos
- Atelier massage-bien-être des jambes et pieds
- Atelier massage-bien-être ventre et thorax, bras et mains
- Atelier massage-bien-être du visage

Tous les 2<sup>ème</sup>  
dimanche du mois,  
à partir de octobre

Pour vous inscrire : tel : 06.21.27.89.42 ou mail : [moalia.massages-bien-etre@gmail.com](mailto:moalia.massages-bien-etre@gmail.com)

### Lieu à Etoile-sur-Rhône

Durée : environ 3h

A Prévoir :

- tenue confortable (style jogging ou pantalon thaï)
- 2 draps de bain
- 1 bouteille d'eau

Votre bonne  
humeur !!

(Les huiles de massage vous seront fournies)

Coût : 30€/personne



\*\* Les ateliers auront lieu sur table ou au sol

Vous repartirez avec un support de cours



**MOALIA** massages-bien-être

☎ 06.21.27.89.42

[moalia.massages.bien.etre@gmail.com](mailto:moalia.massages.bien.etre@gmail.com)

<http://www.massage-bien-etre-relaxation.com/>

A votre disposition pour de plus amples renseignements...