

Contact :

MOALIA

Etoile sur Rhône

OU

Possibilité domicile

(personnes à mobilité réduite)

Moalia.massages.bien.etre@gmail.com

06.21.27.89.42

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

Praticienne certifiée en Massages-Bien-Être

Agréée par la Fédération Française de Massages-Bien-Être

MASSAGES-BIEN-ÊTRE : Particuliers, entreprises, séminaires, municipalités, évènementiels, salons et foires, clubs de sport, manifestations sportives, gîtes, chambres d'hôtes, maisons de retraite, ...

UNIQUEMENT SUR RDV

Bons cadeaux, Réductions C.E, Cartes de fidélité, Séances Do-In, Massage ventouse mobile, Gestion du stress...

Les praticiens de la F.F.M.B.E ayant comme intention et finalité le bien-être de la personne, les techniques pratiquées en l'absence de diagnostic et de traitement thérapeutique ne s'apparentent en rien, ni dans les contenus ni dans les objectifs, à la pratique de la masso-kinésithérapie, ainsi qu'à toute pratique médicale.



Massages-Bien-Être 2022

Activité ancestrale,
L'Art du Toucher
est une Source de bien-être
pour tout le monde !

Offrez-vous un moment Zen

Un temps pour vous !

Un véritable moment de détente

D'éveil des sens et d'évasion !



Relaxation - Détente

Californien

Séance 30min 30€ /CE 27€

Séance 1h00 50€ /CE 42.50€

Massage de la détente et de la relaxation par excellence. Technique douce, apaisante, enveloppante, structurante et sécurisante. Il est composé de manoeuvres légères et fluides sur l'ensemble du corps.

Fuji/pierres chaudes

Séance 1h00..... 60€ /CE 51€

Technique ancestrale surprenante, avec galets de nos rivières. Procure une détente musculaire immédiate et profonde. Véritable voyage intérieur et ressourcement profond. Favorise décontraction musculaire. Utilisation pierres chaudes ET froides.

Relaxation Coréenne

Séance 45min..... 40€/CE 34€

Utilisée en préparation d'arts martiaux, c'est une pratique asiatique douce, ludique. Elle invite à se détendre, se relâcher, à rencontrer ses limites, et à les transformer. Important lâcher-prise corporel, et libération des tensions provenant du stress et de la fatigue.

Tête + visage (Séance 30min) 30€ /CE 27€

Dos + nuque :(Séance30min) 30€ /CE 27€

Indiens Ayurvédiques

Abhyanga (séance 1h)..... 60€ /CE 51€

Massage de base de l'Ayurvéda, tout à fait adapté pour équilibrer les 3 Doshas : Vata, Pitta et Kapha. C'est un massage à la fois de détente et de tonification. Il a pour but d'éliminer les toxines de toute nature, d'augmenter l'énergie.

Pichauli (séance 1h00)..... 60€ /CE 51€

Réservé à une époque aux Maharadjahs, il apporte une extraordinaire sensation de bien-être. Pratiqué avec de l'huile chaude, le corps gagne en souplesse et en mobilité. Extraordinaire sensation d'enveloppement. Très vite un grand apaisement apparaît.

Sharîra Sweda:(1h00)..... 70€ /CE 59,50€

Effectué avec des pochons chauds remplis d'herbes aromatiques. Tonifiant, il renforce confiance et sûreté en soi. Enlever raideurs musculaires et articulaires, et diminuer les problèmes liés à la digestion d'une part et d'autre part à l'insomnie.

Sarasvati/ventre (séance 30min)..... 30€ /CE 27€

Subtil et Harmonisant, il est, par tradition, réalisé par la « main ouverte », celle qui accueille. Véritable source régénératrice, il harmonise le masculin/féminin en nous, rassemble raison et intuition, relie conscient et inconscient, réconcilie l'inconciliable... Il offre à chacun de nous la possibilité d'être pèlerin sur ses propres terres intérieures.

Massage des articulations « Apâna Vayû » (45min)..... 40€ /CE 34€

Les toxines s'accumulent le plus souvent au niveau des articulations et créent ainsi un certain nombre de déséquilibres. Une pratique indienne simple et efficace pour éliminer les toxines au niveau des poignets, des mains, des doigts, des chevilles, des pieds et des orteils, etc...

Objectifs : Déloger les tensions au niveau articulaire pour favoriser le mouvement et la mobilité du corps...

Sphinx :(30 min)..... 30€ /CE 27€

Dos, profond équilibre intérieur/ext., masculin/féminin. Renforce l'unité en soi, favorise la mise en oeuvre et la réalisation des aspirations les plus profondes.

Kansu / pieds au bol Tibétain:

séance Découverte 20min 18€ /CE 16€

séance 45min 40€ /CE 34€

Prenez contact avec un pied, massez-le avec respect, en l'enduisant de ghee (beurre clarifié). Simple et efficace, sérénité, calme et bien être. Effet relaxant, rapide et profond...

Shirochampi/tête (30min)..... 30€ /CE 27€

Il a des effets stimulants comme relaxants. Associé au massage du visage, c'est un vrai bonheur. Répercussion immédiate sur les problèmes de stress, maux de tête, manque de concentration, d'insomnies.. etc... Eclaircissement de la pensée.

Massage-Bien-être des mains: séance 30min..... 30€ /CE 27€

Se traduit par l'énergie de la main ouverte du don. Encourage au relâchement, à la détente, à l'abandon. Sa gestuelle douce, enveloppante, sécurisante, facilite le lâcher-prise. Il contribue à se dessaisir et à renoncer à ce qui est inutile et encombrant. Il dénoue ce qui peut l'être, délaisse ce qui n'est pas essentiel, défait les conditionnements stériles, vains et superflus.

POSSIBILITE DE ME DEPLACER POUR CETTE PRESTATION POUR LES PERSONNES A MOBILITE REDUITE. ME CONTACTER POUR + D'INFO.

4 Mandalas : séance 45min 40€ /CE 34€

L'homme est lui-même un mandala qui n'a de cesse de trouver un sens à sa vie en s'appuyant sur une énergie organisée. Par le fait de "tracer" des mouvements sur le corps induit, par la forme "dessinée", une énergie. Le mandala devient alors un support pour la relaxation, pour un travail de centrage, de cohésion et d'unité. Peu connu en occident, il intervient sur 4 régions du corps : le dos, le ventre, le thorax et les fessiers. Son but : harmoniser, détendre, relancer l'énergie, renforcer l'équilibre des 3 doshas et ses liens avec l'univers qui nous entoure.

Energétiques

Massage Assis :(séance.20min)..... 18€ /CE 16€

Le "Amma" est basé sur l'art traditionnel japonais. Pratiqué sur une chaise ergonomique, il accroît immédiatement la vigilance, la concentration, l'acuité mentale et réduit le stress négatif.

Shiatsu de Bien-être : (1h)..... 60€ /CE 51€

Pratique d'acupressions, s'appuyant sur les principes de l'énergétique chinoise. Elle permet d'harmoniser les connexions psychiques, émotionnelles, physiologiques et spirituelles.

Réflexologie

Réflexologie Plantaire

séance 30min(émoonctaires)..... 30€ /CE 27€

séance 1h00 (tous les systèmes)... 50€ /CE 42.50€

Eprouver une sensation générale de bien-être et d'harmonie passe par une normalisation de la circulation sanguine. Mais passe aussi par un déblocage des tensions physiques et psychiques et une libération des toxines.

Réflexologie du Visage, Dien'Cham'

séance Découverte 20min 18€ /CE 16€

séance 45min 40€ /CE 34€

Approche simple et pratique, permet de se sentir bien dans sa peau, bien dans sa tête et profondément relaxé... La détente des muscles faciaux est immédiate. Elimination des effets du stress, anxiété, insomnie, tristesse, fatigue, des chocs psychiques...

Toucher réflexe Dos :30min..... 30€ /CE 27€

Technique douce permettant d'assouplir, déloger des crispations, augmenter l'agilité du dos, tout en renforçant son élasticité.

Bol Chantant Tibétain

séance 30min..... 30€ /CE 27€

séance 45min..... 40€ /CE 34€

séance 1h00 50€ /CE 42.50€

« Au commencement était le son...! ». Le bol chantant tibétain vous emmène au plus profond de vous-même pour une détente physique et mentale. Je vous propose de l'associer au massage de votre choix. COMPOSEZ VOUS-MÊME VOS SEANCES...