

Cosette BAUD

105 Avenue d'Orouët
85160 St Jean de Monts

tel: **06.76.24.55.25**

mail: cosette.baud@hotmail.fr

www.shiatsu-massagebienetre.fr

Sur rendez-vous du lundi au samedi

n°SIRET 75049126800017

Ne pas jeter sur la voie publique



Prestations
&
Tarifs

Cosette BAUD

Shiatsu (1h15)

55€

Pratique d'origine japonaise se réalisant habillé sur un futon. Le Shiatsu consiste en des étirements ainsi que des pressions sur les méridiens d'acupuncture. Cette pratique stimule les capacités naturelles d'autorégulation et d'autoguérison du corps et à la particularité de prendre la personne dans sa globalité physique, psychique et énergétique.

Shiatsu (-13 ans) (30mn à 40mn) 35€

Carte 3 séances: 150€

Carte 6 séances: 270€



Réflexologie Plantaire (1h)

50€

La réflexologie plantaire trouve ses racines dans les anciennes civilisations Chinoises et Egyptiennes. Le pied est la représentation miniature du corps humain, à chaque zone réflexe correspond un organe, une glande ou une autre partie spécifique du corps. Une séance consiste à un mélange de massage et de travail sur les zones réflexes.

Carte 3 séances: 120€

Carte 6 séances: 228€

Carte 9 séances: 315€

Carte 12 séances: 384€



Massage du corps

• **Massage relaxant du dos** (30mn) 35€

Travail de détente ciblée du dos, des épaules et du crâne

• **Massage aux pierres chaudes** (30mn) 35€

Pierres à 50°C pour détendre la face arrière du corps

• **Enchantement des pieds** (30mn) 35€

Massage pour alléger les pieds ainsi que les jambes

• **Aromassage** (1h) 55€

Massage relaxant de la face arrière du corps

• **Massage Balinais** (1h15) 65€

Massage relaxant de l'ensemble du corps regroupant différentes techniques de massages asiatiques

• **Massage Hawaïen** (1h15) 65€

Massage de l'ensemble du corps qui se pratique avec les avant-bras et les mains

• **Massage Latéral** (1h15) 65€

Massage relaxant se pratiquant sur le côté. Idéal pour les femmes enceintes.

• **Rituel de Bali** (1h30) 75€

Bain de pieds suivi du massage balinais et pour finir un massage assis

Massage du visage

• **Rituel d'Orient** (50mn) 55€

Massage de détente des épaules et du visage avec la stimulation de points d'acupuncture

• **Massage Douceur du visage** (30mn) 35€

Manoeuvres relaxantes des épaules et de la tête favorisant la détente