

# Les Hauts de Saint-Lary

Chalets de caractère \*\*\*\*



## NOS MASSAGES BIEN-ÊTRE

*Ciblé* ..... 55 € - 65 €

Massage sur mesure, qui répond à vos besoins (30 – 40 min)

*Californien* ..... 90 €

Massage doux procurant une sensation propice à l'oubli et au bien-être (60 min)

*Lomi Lomi* ..... 90 €

Massage complet du corps et du visage inspiré de la tradition hawaïenne. Il a un esprit de purification et de régénération. Massage profond pour relâcher les vieilles tensions et blocages tenaces, afin de restaurer un état général de bien-être (60 min)

*Suédois* ..... 105 €

Massage dynamique idéal pour les sportifs. Il soulage les courbatures, évacue le stress et les tensions musculaires. Il favorise la circulation sanguine et lymphatique ainsi que l'élimination des toxines et aide le corps à retrouver son équilibre naturel. Praticué avec de l'huile à base d'Arnica (75 min)

*Ayurvédique* ..... 105 €

Massage total du corps à la fois doux, tonique et rythmé. Très efficace pour réduire la tension nerveuse, il améliore la digestion et dynamise la circulation sanguine et énergétique. Praticué avec de l'huile chaude de sésame avec possibilité d'ajouter des huiles essentielles si souhaité (75 min)

*Pierres Chaudes* ..... 125 €

Massage relaxant et doux qui a pour but de rééquilibrer les énergies et de détoxifier les tissus. Il a particularité de réharmoniser les différentes fonctions énergétiques du corps et participer de façon active à l'évacuation du stress. D'abord, disposées sur les Chakras, les pierres de basalte chaudes sont utilisées pour masser l'ensemble le corps huilé à l'huile chaude (90 min)

## NOS SOINS DU CORPS

*Jambes légères* ..... 75 €

Cocktail d'actifs stimulants apportant fraîcheur et légèreté (50 min)

*Massages de détente, non thérapeutiques*

*Merci de nous signaler tout renseignement utile lié à votre santé (opérations récentes, allergies, grossesse, etc.)*