

nos massages

massage relaxant (tous les jours)

un massage doux et rythmé aux huiles essentielles pour apaiser votre corps et votre esprit. il élimine l'anxiété, améliore la circulation sanguine, normalise le flux lymphatique et augmente la capacité du corps à se régénérer.

massage sportif (tous les jours)

un massage qui va plus en profondeur dans les muscles et qui répond aux besoins des sportifs, pour libérer les tensions et dénouer les muscles.

massage thérapeutique personnalisé (mercredi à dimanche)

une combinaison de techniques spécifiques visant un but thérapeutique pour des bienfaits mécaniques, réflexifs et émotionnels. différentes techniques seront utilisées pour construire votre massage sur mesure:

la fasciathérapie une technique manuelle unique de traitement du tissu conjonctif, qui relie les muscles à la peau. pour décontracter, adopter une meilleure posture et détendre les tensions.

la thérapie des trigger points un massage pour dénouer les points de tensions accumulés dans les muscles et étirer les zones musculaires afin d'améliorer et de normaliser l'irrigation et l'oxygénation locale.

l'hydrothérapie une méthode thérapeutique ancienne qui consiste à appliquer localement du froid ou du chaud, selon les besoins. possibilité d'appliquer des compresses de gingembre.

notre masseuse Alyssa sera ravie de vous accueillir sur réservation. les massages sont annulables sans frais jusqu'à 48 heures à l'avance. le chalet des massages se trouve à l'extérieur. nous vous conseillons donc de porter des chaussures pour y accéder!

prix	45 minutes	75 minutes
massage relaxant ou sportif	145	200
massage thérapeutique	175	240