

nos massages

massage relaxant

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

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

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 du mercredi au dimanche. 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

our massages

relaxing massage

a gentle, rhythmic massage with essential oils to soothe your body and mind. it eliminates anxiety, improves blood circulation, normalises lymphatic flow and increases the body's ability to regenerate itself.

sport massage

a massage that goes deeper into the muscles and meets the needs of sportsmen and women, to release tension and loosen muscles.

personalized therapeutic massage

a combination of specific techniques aimed at a therapeutic goal for mechanical, reflexive and emotional benefits. different techniques will be used to build your tailor-made massage:

fasciatherapy a unique manual technique for treating connective tissue, which connects the muscles to the skin. to relax, adopt better posture and ease tension.

trigger point therapy a massage to release accumulated tension points in the muscles and stretch the muscle areas in order to improve and normalise the local irrigation and oxygenation.

hydrotherapy an ancient therapeutic method which consists of the local application of cold or heat, depending on the needs. ginger compresses can also be applied.

our masseuse Alyssa will be delighted to welcome you upon reservation from wednesday to sunday. our massages can be cancelled free of charge up to 48 hours in advance. the massage chalet is outside, so we advise you to wear shoes to access it!

price	45 minutes	75 minutes
relaxing or sport massage	145	200
therapeutic massage	175	240