

# Prendre soin de soi

Sur réservation, les meilleurs professionnels de la région viendront vous louer leurs services aussi divers qu'efficaces. Toutes les huiles utilisées sont corses et 100% bio.

## Les types de massages

### MASSAGE RELAXANT

Massage doux qui vise à libérer les tensions et à équilibrer les énergies pour évacuer le stress accumulé et retrouver sa vitalité.

### MASSAGE SUEDOIS

Massage dynamique appuyé qui vise à dissoudre les tensions, à tonifier et à raffermir les muscles et les articulations.

### MASSAGE AYURVEDIQUE

Issu de la médecine traditionnelle indienne, c'est un massage aux vertus relaxantes qui permet d'éliminer les toxines du corps en les drainant vers la voie digestive.

### MASSAGE DRAINANT

Massage doux dont la technique consiste à effectuer des pressions lentes et régulières sur tout le corps afin de relancer la circulation et de drainer les toxines. (aussi appelé « drainage lymphatique » car il stimule la lymphe)

### MASSAGE TUINA

Massage dynamique thérapeutique chinois. Tui signifie « pousser » et Na « saisir ». Il repose sur l'harmonisation de l'énergie (Qi) et la revitalisation de l'organisme.

### REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Technique de massage et d'acupression sur l'ensemble des pieds. Pratique chinoise millénaire qui vise à réduire le stress et les tensions.

### MASSAGE PERSONALISE

Massage qui s'adapte à vos besoins. Certaines zones du corps peuvent être plus ciblées : crâne / visage / dos / jambes...

## Les tarifs

Massage 45mn	75€
Massage 1h	90€
Massage 1h30	120€
Massage 2h	150€

*Soins des mains et des  
pieds; renseignements  
à l'accueil.*

## Les huiles utilisées : la gamme Réalia

Des produits corses 100% naturels, inventés et fabriqués sur la Costa Verde par une petite équipe d'experts passionnés. La ferme cosmétique Réalia est labellisée 3 étoiles et adhère à la charte « Slow Cosmétique »

