



Bachal

L'ESPACE
DÉTENTE

AYURVEDA

Ressourcez-vous

DU 1^{er} MAI AU 30 JUIN
2018

&

DU 1^{er} SEPTEMBRE AU 4 NOVEMBRE
2018

HAMEAUALBERT1ER

04 50 53 05 09

infos@hameaualbert.fr





MASSAGES AYURVEDIQUES

Avec Samantha Bernos

● **MASSAGE ABHYANGA**

50min – 100 €

80min – 145 €

Soin complet du corps à l'huile, recentre par une profonde détente et rééquilibre les 3 doshas, réactive la circulation des flux énergétiques. Nourissant, calmant, ou stimulant selon les besoins.
Full oil body treatment, refocuses by a deep relaxation and rebalances the 3 doshas, reactivates the energy flows.
Nourishing, calming, or stimulating.

● **MASSAGE SNEHANA / SVEDHANA**

80min – 155 €

Soin complet abhyanga avec huile & boue thermale chaude (localisée). Soulage les contractures musculaires, les tensions nerveuses.
Full abhyanga treatment with oil & hot thermal mud (localized).
Relieves muscle contraction, nervous tension.

● **MASSAGE PADA & KESA MARDANA**

50min – 85 €

Soin des extrémités (tête, nuque, visage, mains, pieds) – à l'huile, équilibre les polarités, apaise le mental et stimule les points réflexes.
Extremities treatment (head, neck, face, hands, feet) - balances polarities, appeases the mind and stimulates reflex points.

● **MASSAGE ABHYANGA FEMME ENCEINTE (de 3 à 9 mois)**

50min – 90 €

Soin complet du corps très doux, apporte du confort, apaise les tensions liées à la transformation du corps.
Very soft full body treatment, brings comfort, calms the tensions related to the transformation of the body.