

# BIEN-ÊTRE, DÉTENTE ET RELAXATION AUX BEAUX ESPRITS

## Profitez d'un véritable moment de bien-être et de détente avec un massage de relaxation dans votre chambre ou dans le gîte

Alliance du bien-être et du soin, Nathalie GALBOIS, naturopathe, vous propose des massages de relaxation, issus de cultures ancestrales et traditionnelles autour du monde, apportant à la fois des bienfaits sur la santé physique mais aussi psychique et émotionnelle.

**Prestations** : entre 10 h et 18 h sur réservation préalable. Frais de déplacement : 5 € toutes prestations confondues. Création d'une ambiance «cocoon» avec diffusion de senteurs relaxantes et musique douce.

- **Massage Sérénité – Relaxation du dos**

Le massage pour le dos possède de nombreux bienfaits pour vous soulager et vous relaxer, la détente permettant la décontraction musculaire et la libération des tensions douloureuses.

**Massage aux huiles essentielles choisies spécialement pour leurs propriétés décontractantes musculaires et anti-inflammatoires.**

30 mn au tarif de **35 €**

- **Massage du Kérala – Massage indien traditionnel**

Ce massage se pratique sur table et sur l'ensemble du corps avec de l'huile de sésame chaude, afin de procurer un relâchement immédiat et intense. L'objectif est de faire circuler l'énergie vitale, pour qu'elle retrouve son état d'équilibre naturel, et ainsi qu'elle revitalise l'ensemble du corps.

Particulièrement relaxant, il est tout désigné pour éliminer la fatigue. Ce massage fait voyager les sens et permet de rééquilibrer notre corps et ses fonctions.

**Un soin recommandé aux personnes stressées.**

75 mn au tarif de **65 €**

- **Le Chi Nei Tsang – Le massage chinois du ventre**

Le Chi Nei Tsang est un massage viscéral. L'expression signifie «travailler les organes internes».

Intégré dans une hygiène de vie globale quotidienne, ce massage soulage, détend et libère toutes les tensions et les toxines. Il permet de régénérer les organes internes et les muscles abdominaux, en dissolvant les énergies négatives au profit d'un bien-être constant. Le Chi Nei Tsang revitalise l'organisme, en constituant un magnifique soin, à la fois préventif et curatif.

**Massage à l'huile chaude et tampon de Siam que je confectionne moi-même avec des huiles essentielles à visée relaxante et antispasmodique pour les troubles du système digestif.**

50 mn au tarif de **50 €**

- **La relaxation crânienne**

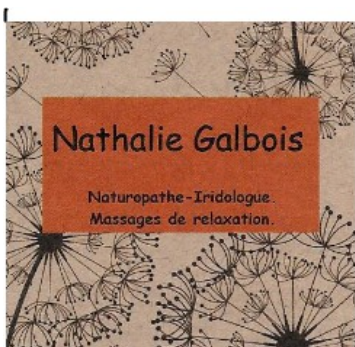
Le protocole se déroule tout en fluidité du cou au visage, du visage au crâne, sans oublier le cuir chevelu et ne cesse d'alléger, de délester le mental de ses lourdeurs, de calmer le flot des pensées, d'apaiser, et de débarrasser le psychisme de ses crispations.

L'objectif est sans conteste la pacification et l'apaisement du mental.

S'adresse à tous : adultes, enfants, adolescents, femmes enceintes et personnes âgées...Il se pratique habillé et procure une relaxation inoubliable !!

50 mn au tarif de **50 €**

*\* Les massages proposés ne peuvent être assimilés à aucune technique thérapeutique relevant du domaine médical ou de la kinésithérapie et ne peuvent avoir aucune connotation érotique ou sexuelle.*



Nathalie GALBOIS est naturopathe et iridologue, installée depuis 8 ans, à moins de 10 kms de Fontenay le Comte, dans un petit village en bordure du Marais poitevin. Passionnée depuis toujours par l'herboristerie, elle porte néanmoins son attention ces dernières années, plus particulièrement sur la gestion du stress et des émotions, une dimension qui nous concerne tous.

Elle suit donc un cursus de formation en différents massages, afin de vous proposer une prise en charge globale incluant le bien-être et le soin.