

4 Possibilités

J'améliore mon bien-être au quotidien

Ces quatre possibilités sont conçues pour vous aider à cultiver un meilleur bien-être au quotidien, à m'épanouir

1 REFLEXOLOGIE PLANTAIRE/ PALMAIRE

JE SOUHAITE: prendre un temps de pause afin d'apaiser mon stress, tonifier mon corps, fluidifier ma circulation sanguine, faire dégonfler mes chevilles, apaiser les maux divers, avoir un meilleur sommeil.

Enfants, ados, adultes et seniors

Je peux choisir un soin de 30- 45- 60 mn
30- 40- 55 euros



2 RELAXATION CORÉENNE / MODELAGE

JE SOUHAITE prendre un temps pour moi de totale relaxation : Des pieds à la tête de mes doigts à mes orteils chaque partie de mon corps est détendue grâce à des balancements et vibrations bienfaisantes mes articulations sont mobilisées, mes muscles relâchés.

je peux choisir un soin de 45- 60 mn
50- 60 euros



3 SOIN MIXTE

JE SOUHAITE prendre un temps pour moi et découvrir les deux techniques pour apaiser mon stress, délier mes articulations rééquilibrer mon organisme

Je peux choisir un soin de 45- 60-75 mn
42- 55- 65 euros



4 SPORT SANTÉ

JE SOUHAITE rebooster mon organisme, acquérir de la conscience corporelle, renforcer musculairement, améliorer ma souplesse, avoir des "tips" conseils pour prévenir les blessures et bénéficier de séances de soins (nombre à définir). Je décide de m'offrir ou offrir un accompagnement personnalisé, j'écris pour prendre un RDV



Nathalie Bastien

dansencorps@yahoo.fr
mizikdanse@gmail.com