



INDIEN ABHYANGA

75 minutes – 90 € TTC



Originaire de l'Inde, ce massage est stimulant, relaxant et harmonisant.

Issu de l'ayurveda (médecine traditionnelle indienne), il est constitué d'une alternance de mouvements enveloppants et de frictions sur l'ensemble du corps, avec une huile de sésame bio chaude.

Le but de ces manœuvres est d'agir en profondeur sur les tensions musculaires et nerveuses et de faire monter le corps en température. Très enveloppant et rythmé, il fait circuler l'énergie vitale (le Prana), revitalise et purifie.

Drainant et purifiant, il favorise le processus d'élimination des toxines de toute nature (psychologiques, physiques ou physiologiques), libère des tensions accumulées, chasse le stress et permet de retrouver un équilibre entre le mental et l'esprit.

Vous ressortirez profondément apaisé(e) et détendu(e).

