



BIEN-ÊTRE



Offres printanières*

L'ÉQUILIBRE DU CORPS ET DE L'ESPRIT

LE RITUEL DU PRINTEMPS

La demi journée - 3h - 140 €

Nettoyage et renouveau... Débarrassez-vous des encombrements inutiles pour laisser place à la légèreté et à la créativité
Pranayama, méditation, gommage visage et corps, et massage énergétique Ayurvédique Abhyanga.

LE RITUEL DES ÉLÉMENTS

La journée - 5h30 - 260 €

Éveillez-vous à vos sensations, parcourez ce qui vous compose. Vivez un voyage intérieur à travers l'instant présent.
Le mental est apaisé et le corps se reconnaît.
Pranayama, méditations des 5 éléments et aux bols tibétains, soin et massage du visage et du corps, Shirodhara, conseils en hygiène de vie.



Coralie Combacon

38, avenue Hector Peschaud, 15300 Murat

massageauvergne.com

07 81 32 38 92

*du 15/04 au 30/06/22