



L'Instant Massage

Renseignements et rdv : 06 88 73 98 69

Marie-France Fenneteau, adhérente à la FFMTR
(Fédération Française du Massage Traditionnel de Relaxation)

➤ Massage Pijat Bali (type ayurvédique)	1h30	80 €
➤ Massages Hypothénuse (type suédois, relaxant et tonifiant)		
- Grand Hypothénuse	1h30	80 €
- Hypothénuse	1h20	70 €
- Petit Hypothénuse	1h	60 €
➤ Massage Impérial (dynamisant mental et physique : alternance de phases « énergétique chinoise » et de phases relaxantes « d'intégration »)	1h10	60 €
➤ Massage énergétique chinois (purement énergétique : harmonisation et circulation des énergies « yin » et « yang » dans le corps)	45 mn	45 €
➤ Massage à la carte : membres inférieurs, supérieurs, dos épaules, thorax, ventre, crâne, visage	30 mn	35 €

Massage Pijat Bali :

- Massage avec des techniques inspirées de l'ayurvéda et de la médecine chinoise : alternance de lissages profonds, pressions, mobilisations, légers pompages...
- De type relaxant.
- Il se pratique avec de l'huile, sur le corps entier.

Massages Hypothénuse :

- Massages de type suédois : alternance de lissages profonds, pétrissage, percussions... Ces massages associent également la stimulation de certains points énergétiques.
- De type relaxant.
- Il se pratique avec de l'huile, sur le corps entier

Massage Impérial :

- Dynamisant mental et physique, ce massage alterne des phases d'activation énergétique (stimulation des points et des circuits d'énergie, selon l'approche chinoise), et des phases d'intégration (effleurages, lissages, pétrissage...).
- Il se pratique sur le corps entier, avec un peu d'huile pour les phases d'intégration.

Massage énergétique chinois :

- Purement énergétique, il aide à l'harmonisation des énergies « yin » et « yang ». Les techniques sont appliquées sur des points et circuits d'énergie (méridiens).
- Créé il y a plus de 5000 ans en Chine, il n'a pas été modifié depuis.
- Il se pratique sans huile, sur le corps entier.