

Massages Bien-être au Camping CHADOTEL

La Dune aux Sables d'Olonne
du 07 Avril au 30 Septembre 2023

Contact Estelle au 06 07 16 33 74
lesmassagesdelachaume@gmail.com

Massages à l'huile complet du corps durée 60 Min / 60€ ou 75 Min / 70 €

- **Californien 60 min** : Longs effleurages d'enveloppement et de doux pétrissages musculaires de détente. Très cocooning apportant une profonde relaxation physique et psychique.
- **Suédois 60 ou 75 min** : Effleurages, frictions, pétrissages et percussions, il permet de dénouer les tensions musculaires. Stimulation de la circulation sanguine et lymphatique et élimination des toxines, il apaise le système nerveux.
- **Balinais 60 min** : Varié, original et assez rythmé, combinant de doux pétrissages et pressions à travers un paréo puis à même la peau sans huile puis avec de l'huile de longs effleurages, pétrissages, pressions glissées et percussions, il efface les tensions, redonne de l'énergie, renforce la vitalité et apaise le système nerveux. Une invitation au voyage dans les contrées indonésiennes.
- **Lomi-Lomi Hawaïen 60 min** : Sa technique de massage avec les avant-bras à base de longs effleurages moelleux qui bercent comme les vagues de l'océan. Très enveloppant, il détend le corps et apaise l'esprit. Une invitation au voyage dans les contrées exotiques hawaïennes.
- **Calilomi 60 min** : Son originalité ? Un mixte des techniques du massage Hawaïen avec les avant-bras et des techniques du massage californien avec de longs effleurages d'enveloppement. A vous de le découvrir !!! Il apaise le système nerveux et a pour effet une détente musculaire globale.

Massage détente du dos, nuque, bras et crâne durée 30 Minutes / 40 € ou 45 Minutes / 50 €

- Relaxant, son objectif est de dénouer et de diminuer les tensions accumulées

Massage du visage durée 50 Minutes / 50 €

- **Visage Liftant Naturel Japonais** : Par un ensemble de techniques qui combinées les unes aux autres s'effectuant sur les zones du visage et de la tête, il produit un effet "Natural lifting" visible dès la première séance : effet bonne mine, éclats de la peau, raffermissement et tonifiant les muscles du visage et calme le système nerveux.

Estelle certifiée Praticienne en Massages Bien-être par l'école Azenday agréée par la FFMBE
(Fédération Française Du Massage Bien-être)

Page Facebook et site web : les Massages de la Chaume et massages à domicile chez vous
avec prise de rendez-vous.



Massages Bien-être au Camping CHADOTEL

La Dune aux Sables d'Olonne

Contact Estelle au 06 07 16 33 74

lesmassagesdelachaume@gmail.com



Massage complet et détaillé des pieds (mollet 20%)

durée 60 Min / 60 €

- **Réflexologie Plantaire Thaïe** : A même la peau (avec un baume à base de camphre et menthol) et également à travers de fines serviettes en éponge, pressions sur les zones réflexes, les points énergétiques avec le pouce puis avec un bâtonnet en bois. Stimulation et équilibrage de l'énergie des organes et du corps en général.

Massage habillé durée 70 Min / 60 €

- **Thaï traditionnel - Nuad Bo' Rarn** : Massage habillé qui se pratique sur un futon au sol. Des pressions larges avec les paumes pour détendre, des pressions profondes avec les pouces pour dénouer et stimuler, des étirements progressifs pour détendre et favoriser la circulation énergétique et des effleurages pour apaiser. Les muscles sont pressés mais aussi étirés et mobilisés. Les points stimulés par l'acupressure stimulent l'énergie de tout le corps.

Massage pause détente pour les sportifs durée 30 Min / 40 €

Selon la pratique du sport que vous réalisez, le travail se fera sur les muscles sollicités. Les bénéfices du massage sportif :

Stimulation de la microcirculation, effet drainant, meilleure oxygénation et nutrition des tissus, réduction des tensions musculaires, accélération de la guérison des contractures et amélioration de la mobilité et flexibilité articulaire.

La salle de massage se situe à l'intérieur du camping en face de l'accès piscine.

IMPORTANT : Les massages sont interdits pour les femmes enceintes de 0 à 3 mois, aux personnes atteintes de pathologies lourdes (cancer, phlébite, maladies cardio-vasculaires), ayant subi une intervention chirurgicale récente, en cas de problèmes cutanés et de lumbago et état fébrile. Massages non thérapeutiques.

Estelle certifiée Praticienne en Massages Bien-être par l'école Azenday agréée par la FFMBE (Fédération Française Du Massage Bien-être)

Page Facebook et site web : les Massages de la Chaume et massages à domicile chez vous avec prise de rendez-vous.

