



Shiatsu : 10 min, 10 €

Méthode de relaxation d'origine japonaise, qui se pratique par pression des doigts sur les points d'acuponcture. Le massage shiatsu crânien joue un important rôle sur les cheveux et sur la circulation sanguine. Ce procédé induit un apport en énergie et assure le réveil de certains points particuliers de la boîte crânienne. Il agit sur le plan mental, physique, spirituel et émotionnel.

Un lâcher-prise et une détente en un temps accessible, ce massage se pratique sur le bain d'huile ou le soin hydratant, au bac ou pour la coupe bioénergétique allongé dans une salle individuelle.

Le massage shiatsu crânien a la capacité d'irriguer le cuir chevelu, créant du coup une sensation de relâchement de celui-ci. Connu pour faciliter la circulation sanguine, ce type de massage est prôné pour combattre le cuir chevelu congestionné et même les chutes de cheveux.

Massage ayurvédique crânien, le Shiroabhyanga: 15 min, 15 €

Le Shiroabhyanga,

littéralement massage de la tête (« shiro ») avec de l'huile (« abhyanga »), est un soin ancestral issu de la précieuse médecine ayurvédique. Ce soin vise temps à optimiser la circulation énergétique qu'à libérer des tensions dues au stress. Laisse l'esprit dans un état méditatif il se pratique assis.

Bénéfice :

Fortifie le cuir chevelu.

Prévient la chute et le blanchiment des cheveux.

Embellit, renforce et améliore la repousse des cheveux.

Favorise l'oxygénation des cellules du cerveau.

Élimine les tensions et toxines.

Relaxe le corps et l'esprit.

Apaise le mental.

Améliore la mémoire active.

Soulage les maux de tête.

Améliore la qualité du sommeil.

