

### Massages holistiques et thérapeutiques

60 minutes, CHF 140.00 / 75 minutes, CHF 175.00 90 minutes, CHF 190.00

#### Massage de relaxation et de régénération

Pour la régénération et le bien-être holistique. Éteignez et rechargez votre corps et votre esprit, avec de l'huile chaude apaisante. Ce traitement est positif pour la circulation du sang et détend votre musculature.



#### Massage des tissus profonds et relaxation

Libère spécifiquement la tension musculaire, le fascia et les blocages articulaires. Avec des éléments de thérapie vertébrale et d'ostéopathie.

#### Massage relâchement des articulations et thérapie vertébrale "Dorn Breuss"

Une manière douce et impulsive pour débloquer les vertèbres, mobiliser les articulations décalées et les remettre en place. Les articulations mobilisées deviennent plus souples et plus mobiles grâce à l'application manuelle et avec de l'huile à action profonde.

#### Drainage lymphatique manuel

Le traitement doux du tissu conjonctif et de la peau a un effet apaisant sur le système nerveux végétatif et favorise bien la digestion. Le flux lymphatique est stimulé et les tensions sont soulagées. Ainsi, l'état général du système immunitaire est amélioré.

#### Massage d'acupression

Les tensions sont résolues au moyen de points de pression doux spécifiques et l'éjection des canaux d'énergie afin d'équilibrer l'organisme entier (sans huile).

#### Massage d'harmonie des méridiens

Harmonise et stimule l'organisme et le corps à travers des pressions et un lissage de la peau. En supprimant doucement les chemins d'énergie avec l'huile coordonnée.

#### Massage des ventouses et de désintoxication

Un soin déjà bien éprouvé, dans lequel le flux sanguin dans le tissu est stimulé et purifié. Les pouvoirs d'auto-guérison de l'organisme en sont renforcés et soutiennent le système immunitaire avec huile drainante.

#### Réflexologie plantaire

Bien-être holistique pour vos pieds, ainsi que pour l'ensemble de l'organisme. Le flux d'énergie et les pouvoirs d'auto-guérison sont activés. Cela libère les congestions spécifiques et peut améliorer l'état de santé.

50 minutes, CHF 120.00 / 60 minutes, CHF 140.00

## Méthodes & traitements de Renate Anderegge ©

### Massages partiels

45 minutes, CHF 110.00

#### Massage du dos, des épaules et de la nuque

En étirant et en relâchant les muscles du dos, de l'épaule et de la nuque, les blocages et les tensions sont libérés.

#### Massage du visage, de la tête et de la nuque

Les points de pression régénérants et doux aident à la relaxation profonde et à la facilité pour le corps et l'esprit. Stimule le flux lymphatique et d'énergies des méridiens.

#### Soin individuel et naturel du visage et du décolleté

Avec l'huile végétale et un sérum pur sur mesure. Après un nettoyage naturel en douceur, votre visage et votre décolleté seront nourris et revitalisés. Grâce aux points de pression ciblés du drainage lymphatique, un nettoyage en profondeur a lieu et les polluants sont excrétés et la peau est revitalisée. 75 minutes, CHF 175.00

### Spécial d'hiver

#### Massage individuel à l'huile d'aromathérapie

Individuellement et attentivement, je vous conseille et trouve avec vous selon vos besoins votre huile aromatique adaptée. Le parfum ainsi que l'effet holistique de l'huile libèrent la congestion et la tension et vous gagnez une nouvelle énergie et un nouvel équilibre. 75 minutes, CHF 175.00 / 90 minutes, CHF 200.00

### Massages de thérapie à l'huile aromatique

60 minutes, CHF 150.00 / 75 minutes, CHF 175.00 / 90 minutes, CHF 200.00

#### Massage à l'huile de lavande

L'effet relaxant vous permet de profiter "d'une douce brise de Provence", renforçant ainsi votre bien-être et votre équilibre intérieur.

#### Massage à l'huile de rose

Gâte votre peau et lui donne résistance. Une expérience sensuelle vous attend avec un effet stimulant et nourrissant.

#### Massage à l'huile de mélisse

Plongez dans un moment de repos et laissez-vous envelopper par l'agréable odeur de l'huile apaisante.

#### Massage au miel et à l'huile de gingembre

Enveloppé de chaleur et stimule le corps sensuellement est naturellement nettoyé et détoxifié. La circulation sanguine est stimulée, soulageant ainsi les tensions. Réchauffant et régénérant.

## Méthodes & traitements de Renate Anderegg ©

### **Massage à l'huile d'orange et de calendula**

Active le système immunitaire. L'huile de vitamine a également un effet protecteur et revigorant.

### **Massage à l'huile d'argan avec jasmin**

Vous vous laissez choyer de la tête aux pieds avec l'huile d'argan marocaine exclusive. L'huile est également antibactérienne et anti-inflammatoire, donc considérée comme un nettoyage en profondeur et une protection constructive efficace de la peau et de l'organisme. Régénère les cellules de la peau et donne à la peau et aux cheveux fraîcheur et résistance.

### **Massages exotiques et ethno**

90 minutes, CHF 200.00

### **Massage Hot Stone**

Avec des pierres de lave chaudes et l'huile apaisante, ce massage relaxe et la circulation sanguine des muscles profonds et des articulations est favorisée. Harmonise et détend tout l'organisme.

### **Massage Lomi Lomi Nui**

La reine des massages d'Hawaï, à l'huile chaude d'avocat noble et à l'huile de noix de coco, calme et apaise grâce au lissage fluide et au modelage souple.

### **Massage Abhyanga**

Massage à l'huile indienne avec un effet de profondeur perceptible pour harmoniser l'ensemble. Avec l'huile de sésame chaude le tissu est détoxifié et peut nourrir à nouveau la peau et l'esprit.

### **Traitements énergétiques**

#### **Massage des chakras aux pierres précieuses**

Avec des huiles spécifiques pour chakras et des pierres précieuses, le massage a un effet stimulant et relaxant. Les centres d'énergie sont activés et harmonisés.

60 minutes, CHF 150.00 / 75 minutes, CHF 175.00

#### **Soin énergétique Reiki**

Un moment de paix intérieure pour intensifier et renforcer les pouvoirs d'auto-guérissons. 60 minutes, CHF 140.00

#### **Massage aux bols chantants**

Grâce à la vibration des sons, le centre interne est renforcé et la relaxation approfondie. 60 minutes, CHF 140.00 / 75 minutes, CHF 175.00