

# Centre de bien-être ETRE ZEN

Tarif 2019



NAMASTE/ETRE ZEN

## SOINS VISAGE complets : avec nettoyage et épilation des sourcils

*Pendant les 15 min du masque au choix : Reiki, bols tibétains, massage ou gommage pieds*

**SOIN RELAX** : hydratant & relaxant 1h15

70

**SOIN ZEN ANTI AGE** : nourrissant & repulpant 1h15

A la rose de Damas et à la rose musquée

75

**SOIN TENSEUR** : raffermissant & tonifiant 1h15

A la vitamine C et aux effluves d'agrumes

75



**FORFAIT DETENTE 2 heures** : Soins visage aux choix + Massage relaxant du corps 130

## RITUELS visage & corps : massage avant corps pendant la pose masque

**RITUEL BALINAIS** : relaxant 1h15

70

Gommage visage et Masque à la goyave rose, Modelage visage et épaules au monoi, 25 min Modelage balinaise à la bougie ou à l'huile de frangipanier

**RITUEL AUX PIERRES CHAUDES** : décontractant 1h15

70

Gommage, Modelage visage et épaules, Masque régénérant à l'aloé vera, 25 min Modelage aux pierres chaudes

**RITUEL INDIEN** : harmonisant et relaxant 1h15

70

Huiles harmonisantes chakras, Gommage ayurvédique visage, Modelage visage et épaules, Masque revitalisant, 25 min Modelage corps ayurvédique

**RITUEL JAPONAIS** : ressourçant 1h15

70

Cristaux sur les chakras, Gommage visage à la poudre de bambou, Modelage visage & décolleté à l'huile de camélia, Masque ressourçant, 25 mn de Reiki

**RITUEL SENTEURS** : détente complète +/- 2h

125

Gommage & Masque visage floral, Modelage visage et épaules au monoi floral, Gommage du corps, Modelage relaxant ou Pierres chaudes complet 45 mn

## RITUELS CORPS : gommage + massage



**SOIN DU DOS** : gommage, massage, reiki, boue chauffante aux sédiments marins 1h 65

**RITUEL POLYNESIEN** : nourrissant, enveloppant 1h

70

Gommage au sable noir de Tahiti et coco, Massage hawaïen sur l'arrière du corps

Complet : 1h30 avec massage relaxant et enveloppement au beurre de karité 105

**RITUEL A LA BOUGIE** : nourrissant 1h15

85

Gommage sucré/salé aux huiles, Modelage 45 mn à la bougie au karité

## MASSAGES BIEN-ETRE pour le corps

<b>MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES</b> : <i>relaxant, décontractant</i>	<i>1h</i>	70
<b>MODELAGE RELAXANT</b> :	<i>1h</i>	70
	<i>0h45 + 0h15 de Reiki</i>	70
<b>MODELAGE BALINAIS</b> : <i>relaxant, dynamisant</i>	<i>1h</i>	70
<b>MODELAGE AYURVEDIQUE</b> : <i>détoxinant, énergisant, relaxant</i>	<i>1h20</i>	85
<b>MODELAGE INTUITIF</b> : <i>ressourçant, relaxant, harmonisation des énergies</i>	<i>1h</i>	70
<b>MODELAGE AUX CRISTAUX</b> : <i>énergie, harmonisation des chakras</i>	<i>1h</i>	70
<b>MODELAGE FEMMES ENCEINTE</b> :	<i>1h</i>	70
<b>MODELAGE A LA BOUGIE</b> : <i>nourrissant</i>	<i>1h + 0h15 de Reiki</i>	70
<b>REFLEXOLOGIE PLANTAIRE</b> : <i>1h avec gommage pieds ou Reiki ou massage tête</i>		70
<i>*Possibilité de supplément de 15 minutes pour les massages d'une heure</i>		+ 15



## REIKI : *Méthode japonaise énergétique de bien-être*

靈  
氣

- <u>1<sup>ère</sup> séance conseillée</u> : Soin Lumière avec nettoyage énergétique	<i>1h15</i>	85
- Séance détente et ressourcement	<i>1h</i>	70
- Forfait 4 séances 1h (1 à 4 fois/semaine)		260
- Reiki & Modelage du dos	<i>1h</i>	70
- Reiki & Bols tibétains	<i>1h</i>	70
- Reiki & Cristaux	<i>1h</i>	70
- Reiki enfants	<i>0h25</i>	30
- Reiki ados	<i>0h40</i>	45



<b><u>MEDITATION</u></b> : Thonon & Perrignier	-la séance	<i>1h20</i>	18
	-couple		28
	-forfait trimestriel 6 cours		95
	-forfait trimestriel 12 cours		165
	-séance individuelle	<i>1h</i>	70

<b><u>ATELIERS</u></b> : -« Autour de la Méditation » ou Reiki	<i>4h30</i>	50
-Fabrication de son attrape rêves enfants, adultes		45 et 55

**Pour vos CADEAUX pensez à demander un BON**

[www.etrezen.fr](http://www.etrezen.fr) et [www.namaste-energie.fr](http://www.namaste-energie.fr)

Passage Don Bosco, 12 avenue du Général de Gaulle,  
2<sup>ème</sup> étage, THONON. 04 50 71 82 85