



SOINS AYURVÉDIQUES

Groupe minimum de 10 personnes

Les soins ayurvédiques sont une méthode de soins naturels et holistiques utilisés dans la médecine traditionnelle indienne qui a été développée il y a plus de 5000 ans. En Inde, le massage ayurvédique a pour effet de régénérer le corps et l'esprit.

Le massage ayurvédique se pratique sur une table de massage ou au sol. Le patient est généralement recouvert d'un drap qui sert à découvrir au fur et à mesure les parties à masser. Chaque massage est individualisé selon la prédominance des doshas et des déséquilibres du client.

Cette technique de soin aux nombreux bienfaits vous permet, entre autres : d'éliminer les toxines du corps, drainer la circulation sanguine et lymphatique, renforcer le système immunitaire, favoriser une meilleure digestion, améliorer la capacité respiratoire, tonifier et relaxer les tissus musculaires.