

MASSAGES

CHEZ YOMA



CALIFORNIEN DE RELAXATION

Ce massage enveloppant aux mouvements fluides invite à une profonde détente du corps et de l'esprit. Il libère les tensions, recentre les émotions et procure une sensation de légèreté.

LA BULLE 1H - 70€

LA PARENTHÈSE 30MIN - 35€

BRESILIEN DRAINAGE LYMPHATIQUE

Ce massage dynamique active la circulation lymphatique, ainsi favorisant l'élimination des toxines. Il agit sur les zones sujettes à la rétention d'eau, aide à dégonfler, tonifier et sculpter les contours du corps. .

1H - 95€

CURE DE 5 SEANCES - 450€

CURE DE 10 SEANCES - 850€



AYURVEDIQUE PRE & POST NATAL

Bulle de douceur et de sérénité dans laquelle la maman retrouve conscience de son corps et nourrit le lien avec son bébé. Des mouvements circulaires afin d'évacuer les tensions liées au poids du ventre et au changement hormonal.

LE NID 1H15 - 85€

LE NUAGE DU DOS 30MIN - 40€



YOGA

CHEZ YOMA



YOGA SEANCE INDIVIDUELLE

Une séance à la carte, pour répondre à vos besoins précis et vous accompagner au mieux dans votre vie quotidienne. Il s'agit d'un yoga thérapeutique, accessible, quel que soit votre demande (hatha, yin, travail du souffle, gestion des émotions...)

1H - 50€

PACK DE 5 SEANCES - 200€

PREPARATION A L'ACCOUCHEMENT

Le yoga a de nombreux bienfaits durant la grossesse à travers une pratique régulière. Il participe efficacement à un accouchement rapide et moins douloureux. A partir du 4eme mois, quel que soit le projet de naissance.

1H - 50€

PACK GROSSESSE 12 SEANCES - 450€



RELAXATION EN DUO

Partager le bien-être à deux, lors d'une parenthèse personnalisée : des postures simples et douces suivies d'une méditation guidée en se laissant porter par toutes vos sensations.

1H - 60€

