



# Ayurveda

## MASSAGES ABHYANGA

*avec Siva*

Le massage ayurvédique Abhyanga (littéralement massage à l'huile de tout le corps) est un massage fluide et profond qui apaise les tensions, rééquilibre les centres énergétiques (l'énergie circule mieux dans l'ensemble du corps), permet d'éliminer les toxines physiques et mentales et contribue ainsi à créer un état émotionnel positif et une élévation de l'esprit.



C'est un véritable travail énergétique qui permet au corps et à l'esprit de retrouver leur intégrité. Un travail en marmathérapie s'inscrit dans chaque massage pratiqué en fonction des besoins de chacun(e).

Les massages se font dans l'Espace Ayurveda du CVR : espace douche, espace de repos privatisé après le massage. Possibilité également de prendre une douche avant et après le massage.



*Issue d'une formation d'un an axée sur les divers types de massages ayurvédiques sous la tutelle éclairée de Vaidya Rajalakshmi Chellappan, je vous accueille pour des massages traditionnels offrant une profonde détente et un équilibre intérieur. Le massage Abhyanga que j'offre à chaque personne est une expérience sensorielle imprégnée des traditions millénaires de l'Ayurveda. En utilisant une huile de sésame bio soigneusement choisie, les tensions se fondent sous les pressions tandis que l'huile infuse votre peau de bienfaits. Ces séances transcendent le physique pour vous transporter vers un état profond de détente et d'harmonie. C'est une expérience holistique qui ravit les sens et réjouit l'âme.*

**2023-24**  
**tous les jours**  
**9h - 17h30**

**Tarifs**  
**1h30 : 80€**

**Uniquement sur rendez-vous, envoyez un mail à :**  
*inscription@centre-vedantique.fr*

**CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA**