



Massatho Bien-être

Massage et Sauna à Fay en Montagne

Jérémie METRAS, diplômé de l'Ecole Française de Massage de Dijon.



Le corps en main :

Massage à la fois relaxant et tonique. Les mouvements sont profonds de manière à atteindre les tissus musculaires. On obtient un relâchement durable des tensions, une amélioration de la circulation sanguine et du drainage lymphatique.

Le sans-souci :

Massage très enveloppant qui apporte sérénité et plénitude et apporte un vrai lâcher prise. Il travaille sur les articulations et le tonus musculaire et active les systèmes lymphatiques et veineux. Les mouvements sont doux et fluides.

Le Amma :

Massage basé sur l'art traditionnel japonais d'acupression. Il se réalise sous la forme d'un kata et couvre l'ensemble du corps. Il permet un rééquilibrage énergétique et dynamise le corps. Les différentes techniques d'acupression utilisées permettent un relâchement musculaire important. Le massé reste habillé.

Massage d'1h : 60 €/personne (55 €/personne si 2 personnes)

Massage court (20 minutes) : 30€/personne

Massage long (1h30) : 90 €/personne (85€ si 2 personnes)

Accès sauna : Si vous vous faites masser, 15 €/séance (prévoir 1h15)

Sans vous faire masser, 25 €/séance

Je vous accueille dans mon salon sur rendez-vous au **06 98 77 23 20** ou **jeremietras@hotmail.com**

Massatho Bien-être, 4 rue des fayards 39800 Fay en Montagne