

Entre le ciel et l'océan

L'hôtel Le Calluna

Vous propose une invitation au voyage :

L'Espace Voyages à Fleurs de Peau



Besoin de vous retrouver

De décompresser

De vous poser

De retrouver la plénitude

De vous faire du bien

Laissez-vous dériver...



Les massages -bien-être « A la carte »

Soin 1 H : 60.00 €

Soin Duo (2 H ou 2 personnes): 110.00€

Soin 1h30 : 80.00 € Duo 150.00 €

**Tous nos massages
sont réalisés par des
praticiennes certifiées
et agréées.**

Le Massage Essentiel® (Créé par Joël Savatofski)

Très relaxant, synthèse des techniques californiennes et suédoise, ce massage aux huiles essentielles favorise la circulation énergétique, réactive le métabolisme, donne une sensation d'unification et aide à mieux vivre son corps. Un fabuleux massage.



Le massage Sensoriel®

Bien plus qu'une simple démarche « sensitive », ce massage aux huiles essentielles vous interpellera dans l'ensemble de toutes vos dimensions : physiques, sensorielles, mentales et émotionnelles.

Ce massage lent et doux, apaisant, favorise la circulation énergétique et le repos du corps et de l'esprit. Sérénité et douceur...Un must !



La Relaxinésie®

Fantastique technique de relaxation et de remise en forme (proche du massage Thaï mais adaptée à notre culture) fondée sur le lâcher prise, les mobilisations passives et les étirements doux.

Les différentes parties du corps sont mobilisées les unes après les autres, en y associant dans une séance complète, le massage des extrémités (pieds, mains, tête) afin d'obtenir un relâchement complet et un bien-être immédiat.

Le massage bio-dynamique Boyesen

Une séance de massage biodynamique se pratique au sol, sur un matelas. Peut se recevoir habillé.

Le praticien exerce des touchers réflexes, un drainage et un effleurement profond au niveau des muscles. Il invite également le patient à adopter des exercices de respiration simples.

Ce soin permet un regain rapide de vitalité. Il favorise l'élimination des toxines via le système lymphatique et les désordres psychiques par le processus de psychopéristaltisme. Soin très relaxant.



Massage latéralisé

Processus de massage effectué en position décubitus latéral qui s'inscrit dans la recherche d'un confort optimal de la personne en fonction de son état corporel. Il s'adresse aux femmes enceintes et aux mères en période post-natale, mais convient également aux personnes atteintes de douleurs cervicales, lombaires, dorsales...

Une technique professionnelle très relaxante et adaptée à la personne.



Professeur de yoga
affilié Institut Français
de Yoga

Le yoga et la relaxation

Yoga et relaxation « à la carte » Minimum 3 jours

(Vacances d'été – Toussaint – Noël)

3 cours Yoga ou séance relaxation + Soins 1H : 110.00 €

Formule Duo (2 personnes) : 190.00 €

Yoga cours particulier sur demande. 50.00 € heure

Hatha yoga traditionnel basé sur le travail postural et le respect du souffle. Séance adaptée à la personne.

Séance de relaxation 1h 40.00 € Forfait Duo : 75 €

Après un temps de prise de contact avec le professeur de yoga, laissez vous guider pour déconnecter votre mental, relaxer votre corps, faire un beau voyage interne.

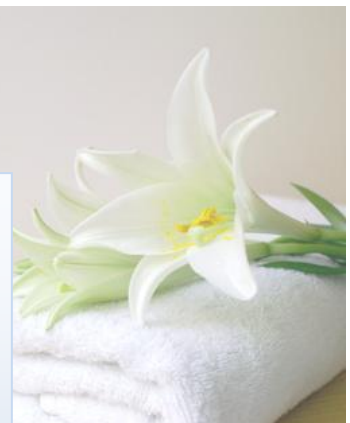
Repartez avec des outils pour pratiquer au quotidien. Moyens adaptés à votre profil : visualisations, respirations, mouvements...techniques de yoga éprouvées et approuvées.

Le forfait Sérénité 80.00 € Duo : 150.00 €

Formule originale d'1h30 : ce soin allie une séance de relaxation et une séance de massage adaptée à votre besoin du moment.

L'objectif de ce temps privilégié est de vous proposer une pratique simple et individuelle que vous pourrez reproduire chez vous.

Le massage vise à vous faire prendre pleinement conscience de votre corps dans sa globalité, en « pleine conscience ».





Espace Voyage à Fleurs de Peau

Pour prolonger votre temps de pause

Soin 45 mn : 40.00 €

Soins Duo (2 soins ou 2 personnes) : 70.00 €

Le forfait Energie du visage à la Rose Musquée

Ce soin du visage comprend un massage tête-nuque-visage selon la méthode ayurvédique. Les pressions et lissages dénouent les tensions et revascularise les tissus. L'huile de Rose Musquée nourrit la peau et les cheveux.

Ce moment privilégié se termine par un massage des mains et des pieds équilibrant la circulation des fluides dans le corps.



Le massage pieds-mains type réflexologie

Le massage pieds-mains est une technique de massage basée sur l'existence des zones réflexes. Ces zones sont travaillées manuellement pour stimuler les fonctions déficientes et exercer une action préventive et curative.

Ce massage augmente la vitalité et favorise l'élimination des toxines tout en harmonisant la circulation lymphatique et nerveuse.



Espace Voyages à Fleur de Peau

LE SEJOUR RELAXATION

3 jours/2 nuits

218.00 € par personne en pension complète sur la base de deux personnes.

Demi-pension : 184.00 € par personne.

Notre séjour Relaxation comprend :

- L'accès libre à la piscine chauffée à 26° et ses baignoires à remous, le spa et le sauna.
- 1 soin individuel 1 H à choisir dans les massages de l'espace « Voyage à Fleurs de Peau »
- 2 nuits en chambre double
- 2 repas au restaurant Le Calluna



Espace Voyages à Fleurs de Peau

LE SEJOUR YOGA ET RELAXATION

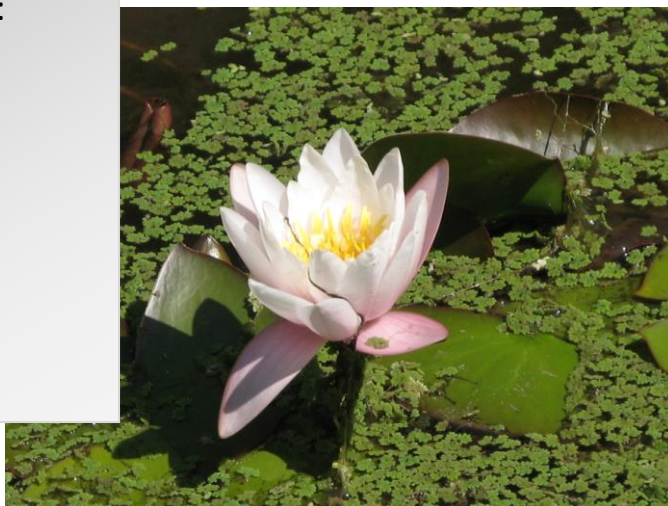
Vacances d'été –
Toussaint – Noël

377 € par personne sur la base de deux personnes en pension complète.

326 € en demi-pension par personne.

Notre séjour yoga et relaxation comprend :

- L'accès libre à la piscine chauffée à 26°
- 3 séances de yoga
- 1 soin d'1H à choisir à la carte
- 3 nuits
- repas au restaurant Le Calluna





Une équipe à votre disposition

Les massages-bien-être dispensés sont donnés par des personnes qualifiées par un diplôme reconnu et certifié norme Iso 9001 et label «OPQF » ou IFJ – Ecole Européen du Toucher Massage.

Tous nos soins de bien-être sont des techniques de détente manuelle et de relaxation anti-stress sans finalités thérapeutiques.

Agnès Moriconi

Praticienne en massages-bien-être méthode Artec (Académie de Recherches des Techniques Educatives Corporelles), Agnès suit également des cours de naturopathie au Centre Privé d'Etudes, de Recherches et Formations en Psychologie Appliquée. Elle est professeur de yoga affiliée à l'Institut Français de Yoga et prépare son diplôme final.

Véronique Duhem

Praticienne de massages-bien-être formée à l'Institut de Formation Joël Savatofski (Ecole Européen du Toucher Massage®), Véronique est inscrite à la Fédération française de massages-bien-être. Elle a rajouté à son cursus un diplôme en conseillère Fleurs de Bach.