

# Les massages de Christine



Christine vous propose des massages à domicile et certains jours au cabinet des « Ateliers du Mieux Vivre », 69 avenue des lilas – 64000 PAU.  
Pour réserver un massage, appelez au 06.26.97.75.18,  
Christine vous donnera ses tarifs. Vous avez le choix :

**MODELAGE LOMI-LOMI** : C' est un magnifique massage complet du corps venu des îles. Il détend et vivifie. Soulage et dénoue les tensions. Idéal pour un premier massage.

**DRAINAGE LYMPHATIQUE MANUEL** : Touché tout en légèreté et en douceur, mouvements lents et rythmés procurant une relaxation générale du corps. Destiné à favoriser et accélérer l'écoulement de la lymphe qui emporte toxines et graisses et stimule le système immunitaire.

**MASSAGE SHIATSU ASSIS** : C est un massage traditionnel chinois, pratiqué dans une situation de confort, installé sur une chaise ergonomique. Le massage se fait à travers les vêtements. Il a pour but de vous détendre, réduire les tensions, redonner tonus et vitalité.

*C'est un massage intéressant pour les salariés des entreprises car il soulage du stress et peut être pratiqué pendant les pauses, sans perte de temps.*

**REFLEXOLOGIE THAI** : crânienne et plantaire. Offre un concentré de vitalité et de relaxation. Technique d'accupression sur les principales lignes d'énergie (méridiens)

**REFLEXOLOGIE PLANTAIRE EUROPEENNE** : Réflexologie associant massage et pressions rythmées des pouces, appliqués sur des zones réflexes. Cette réflexologie permet de localiser les tensions et de rétablir l'équilibre dans les parties du corps correspondantes.

## Prochainement...

**MODELAGE CALIFORNIEN** : Idéal pour un premier massage. Il permet d'éliminer le stress, décontracte et dénoue les tensions musculaires. Constitué de longs mouvements fluides et harmonieux, de pressions glissées et d'effleurages.

**MODELAGE AYURVEDIQUE ABHYANGA** : Voyagez entre corps et âme...  
Ce modelage rythmé et bien spécifique vous apportera de la détente, réduira vos tensions nerveuses et améliorera votre circulation sanguine. A découvrir!