



LES SOINS & L'ÉQUIPE

de la Pensée
Sauvage

La Pensée Sauvage c'est aussi une équipe de professionnels du bien-être qui vous propose une gamme de soins complète et unique. Ces séances durent une heure et l'un de ces soins vous est offert.

01. Consultation en Naturopathie – Iridologie

Cet entretien vous permet de faire un bilan de vitalité, il vous sera conseillé un ensemble de techniques naturelles en fonction de vos besoins : gestion du stress, conseils alimentaires, utilisation des plantes et des huiles essentielles... Vous repartirez de votre séjour avec un programme complet et sur mesure afin de garder le bon cap.

02. Soin aux Pierres Chaudes

Imaginez : le mélange habile de la chaleur de pierres basaltiques, des mains et des huiles... Ce soin vous amènera une détente globale et un relâchement de vos tensions musculaires les plus profondes.

03. Soin Ayurvédique

Issu de traditions millénaires indiennes, ce soin libère le corps et l'esprit de ses tensions en équilibrant les trois "dosha" : *Pitta* le feu, *Vata* le vent et *Kapha* le phlegme. Ce soin tonique se pratique avec de l'huile tiède de sésame.

04. Soin de Ballotins aux plantes chaudes

Pratiqué avec des pochons chauffés à la vapeur, les principes actifs des plantes aromatiques qu'ils contiennent vous procureront une grande détente musculaire et nerveuse.

05. Shiatsu

Art de soin japonais, la pression des mains et des pouces le long des points d'acupuncture relance l'énergie dans les méridiens.

06. Technique manuelle Thaï

Comparé à du Yoga passif, ce soin, par des pressions exercées, des postures d'étirement et des mobilisations articulaires rétablit l'équilibre et la dynamique énergétique du corps.

07. Technique manuelle Thaï à l'huile

Subtile mélange associant le principe du massage thaï avec de l'huile...

08. Drainage Naturopathique de la lymphe

Les mouvements adaptés de ce drainage permettent une épuration humorale dont les effets sont multiples : amincissement, diminution de la cellulite, allègement des jambes lourdes...

09. Lifting Japonais

Ce "shiatsu", concentré sur le haut du corps, efface les tensions et permet au visage de retrouver éclat et lumière.

10. Réflexologie Plantaire

Selon ce soin millénaire, les pieds sont le reflet de l'être humain. Une stimulation de certains points permet de relancer l'énergie vitale et d'activer les effets de la détox.

11. Soin aux Huiles Essentielles

Cette séance de bien-être allie le bienfait des huiles essentielles à celui d'une technique manuelle de détente et de ressourcement.

12. Soin Californien

Composé de mouvements fluides, continus et enveloppants, favorisant l'harmonie et le bien-être.

13. Relaxation Coréenne

Le but de la relaxation coréenne est de produire une ondulation «naturelle» du corps. Ce soin se pratique habillé.

14. Cérémonie d'Orient

Après une séance de Hammam, laissez-vous bercer par une douce note orientale : gommage au savon noir suivi d'un enveloppement au rhassoul, pour finir avec un soin aux huiles.

15. Irrigation du Côlon

Le colon est une zone carrefour pour votre santé et ce soin, pratiqué par une infirmière, est une bonne façon de se détoxifier...

16. Séance d'Ostéopathie Tissulaire

Animée d'une approche holistique, cette écoute tissulaire et cellulaire permet de retrouver un équilibre tant physique, psychique, qu'émotionnel...

Les soins sont au tarif unique de 60€,
à l'exception des soins 14, 15 et 16 qui sont au tarif de 70€.



L'équipe qui vous accompagne

La pensée sauvage c'est toute une équipe de professionnels à votre écoute pour un accueil attentif et personnalisé tout au long de votre séjour.

Thomas Uhl

Praticien en naturopathie, iridologie et réflexologie.

Nathalie Mercier

Praticienne en naturopathie, iridologie, réflexologie et spa.

Emmanuel Duhem

Diplômé en Ostéopathie D.O.

Carole Anne Perrin

Praticienne en naturopathie, iridologie, réflexologie et spa.

Pascal Allard

Praticien en naturopathie, réflexologie et spa.

Sophie Robert

Accompagnatrice moyenne montagne, praticienne en réflexologie et spa.

Gérard Manceau

Educateur sportif et accompagnateur moyenne montagne.

Edwige Chapurlat

Praticienne en réflexologie et spa.

Jean Puzenat

Accompagnateur moyenne montagne, praticien en réflexologie et spa.

Estelle Riahi

Praticienne en réflexologie et spa.

Claire Andina

Infirmière et praticienne en hydrothérapie du côlon.

La Pensée Sauvage

06 22 45 17 34

www.lapenseesauvage.com