

L'ESSENTIELLE BEAUTÉ

WELLNESS BIJ JOU THUIS



EEN MOMENT PUUR VOOR JEZELF

PRESENTATIE

L'ESSENTIELLE BEAUTÉ

Uw welzijn binnen handbereik!

Dankzij flexibele uren en massages aan huis breng ik ontspanning en rust rechtstreeks in het comfort van uw eigen woning.

Mijn missie:
Iedereen, van jongs af aan, laten kennismaken met de weldaden van massage en welzijn toegankelijk maken voor iedereen, voor een harmonieuzer leven.



L'ESSENTIELLE
BEAUTÉ

EVEN VOORSTELLEN



Hallo!

Ik ben Kattya, gepassioneerd door de wereld van welzijn en schoonheidsverzorging.

Ik ben gespecialiseerd in wellnessmassages.

Ik heb een diploma in esthetiek en een beroepscertificaat als Spa-behandelaar (CQP Spa Praticienne).

Mijn loopbaan heeft me de kans gegeven om zowel in Frankrijk als in Mexico te werken, waardoor ik mijn praktijk heb kunnen verrijken met diverse benaderingen en technieken uit verschillende culturen.

WAAROM EEN MASSAGE?

Mijn massages volgen een holistische benadering van welzijn. Elke handeling is met zorg en intentie afgestemd op uw behoeften. Met doelgerichte technieken breng ik lichaam en geest in balans.

Voordelen:

- Vermindert spanningen
- Verlicht stress en spierpijn
- Bevordert rust en ontspanning

Resultaat: een ontspannen geest, een evenwichtig lichaam, en herwonnen lichtheid.

Neem tijd voor uzelf en herontdek uw innerlijke rust.



BESCHRIJVING VAN DE MESSAGES

CRANIALE MESSAGE

SHIROTCHAMPI 1U, 70€

Gebaseerd op de ayurvedische traditie is de Shirotchampi een gerichte massage van de schedel, het gezicht, de nek en de schouders.

Het hoofd wordt “leeg”, de geest lichter een echte herverbinding met jezelf.

VOORDELEN:

- Kalmeert de geest, vermindert stress
- Verheldert het denken, bevordert concentratie
- Stimuleert energie en vitaliteit
- Verbetert slaapkwaliteit
- Verlicht hoofdpijn, nekspanningen, kaakpijn
- Vermindert oogdruk en opent de sinussen

VOOR WIE?

Geschikt voor iedereen, ook voor kinderen en mensen die liever gekleed blijven.

Ideaal voor wie zich overbelast voelt, vaak moe is, last heeft van migraines of veel tijd achter een scherm doorbrengt.

De massage wordt op de grond gegeven, comfortabel liggend op een tatami.

Je geniet van een opeenvolging van zachte en diepe bewegingen.

GEZICHTSMASSAGE

KOBIDO 1U, 100€

Deze traditionele Japanse behandeling is een echt verjongingsritueel. Een dynamische massage bestaande uit gladmaken, kloppingen en knijptechnieken in afwisselende ritmes.

VOORDELEN: Hervormend, hertekende gezichtscontouren, gelifte jukbeenderen, volle huid, stralende teint.

VOOR WIE? Voor iedereen die een dynamische massage wil om de huid weer stevigheid te geven en het gezicht een vollere uitstraling te bezorgen.

STRETCHING 1U, 100€

Deze behandeling zorgt voor een diepe en langdurige stretching van de gezichtsspieren. Ontspant de gelaatsspieren door krachtige, gladstrijkende en verkwikkende bewegingen, vergelijkbaar met een sessie in de sportschool.

VOORDELEN: Ontspannen gezicht, gladgestreken gelaatstrekken, stevige en gelifte huid, vermindering van rimpels en fijne lijntjes, verkwikte teint. Deze massage zorgt ook voor diepe ontspanning van het decolleté, de nek en de hoofdhuid.

VOOR WIE? Voor iedereen die rimpels wil verminderen, een liftend effect zoekt en diepe ontspanning wil ervaren.

LICHAAMSMASSAGE

MOMENT DÉTENTE 30 MINUTEN, 45€

Bij plaatselijke massage van het halve lichaam wordt een specifiek deel van het lichaam behandeld. Deze massage is ideaal voor het aanpakken van plaatselijke spanningen die speciale aandacht vereisen, zoals de rug, schouders, nek, benen of armen.

DÉTENTE ABSOLUE 1U, 65€ / 1U30, 90€

Een globale massage die helpt bij het bewust worden van het lichaam doordat de handen van de masseur de contouren ervan volgen. Deze massage helpt opgebouwde spanningen los te laten en zorgt voor diepe ontspanning. Gebaseerd op een opeenvolging van strijkingen, zonder actieve of intense bewegingen.

PRE-NATAL 1U, 70€

Deze massage is speciaal ontworpen voor zwangere vrouwen om de huid te verzorgen en spanningen te verlichten. Met zachte strijkingen en omhullende bewegingen biedt het een moment van ontspanning en comfort, waardoor energie en vitaliteit worden hersteld. Vanaf de 4e maand van de zwangerschap tot aan de bevalling.

ÉNERGÉTIC 1U, 65€

Een combinatie van zachte, ontspannende Thaise stretchoefeningen en diepe Balinese strijkingen.

Deze techniek helpt de gewrichten soepeler te maken en stimuleert belangrijke energiepunten, wat zorgt voor diepe ontspanning van lichaam en geest.

Een langzame en diepe massage, uitgevoerd met gemiddelde druk.

REVIGORANT 1U, 65€

Een relaxerende en stimulerende techniek die de spieren dynamiseert en het lichaam revitaliseert. Deze massage gebruikt dynamische en energieke bewegingen die zowel zacht als tonisch zijn. Het begint met ontspannende, omhullende bewegingen, gevolgd door een verkwikkende fase met kloppingen en eindigt met een rustgevende fase.

VOORDELEN: Vermindert vermoeidheid, verlicht spanning, verbetert flexibiliteit en geeft het lichaam nieuwe energie. Door de bloed- en lymfecirculatie te stimuleren, helpt deze massage ook bij het zuurstofrijk maken van de spieren en het verwijderen van toxines. De massage kan worden aangepast aan de specifieke behoeften van de persoon en is bijzonder effectief voor een energiek herstel en een algemeen gevoel van welzijn.

DÉCONTRACTANT 1U, 80€ / 1U30, 100€

Deze massage richt zich op diepe spierlagen en spanningspunten om verklevingen tussen spierlagen en fascia los te maken. De weefsels worden uitgerekt door langzame, diepe bewegingen. De massage wordt uitgevoerd met vuisten, onderarmen of ellebogen om diepere spanningen te bereiken en het lichaam te bevrijden van opgebouwde stress.

VOORDELEN: Bevordert spierherstel, maar kan ook een ontspannende massage zijn voor wie houdt van stevige druk, omdat het helpt de bloeddruk te verlagen en de hartslag te vertragen. Deze massage helpt ook bij het bewust worden van het lichaam en het loslaten van blokkades.

COCOONING 1U, 70€

Modelleringstechniek waarbij gebruik wordt gemaakt van vulkanische obsidiaanstenen, verwarmd om de spieren te helpen ontspannen en ontspanning te bevorderen.

De hitte van de stenen en de manoeuvres helpen stress en angst te verminderen en de slaap te verbeteren dankzij de diepe ontspanning die het biedt.

Dit type massage wordt vooral gewaardeerd bij koud weer en is daarom gereserveerd voor de herfst- en winterseizoenen.

BAMBOUS 1U, 70€

Modellering die zowel zacht als verkwikkend is, met drukmanoeuvres, slides, rollen en zelfs percussie.

Bamboemassage is vooral een drainerende behandeling, zorgt voor een betere circulatie van vloeistoffen door de bloedcirculatie te activeren en gifstoffen af te voeren, vooral aanbevolen voor mensen die behoefte hebben aan een betere bloed- en lymfecirculatie, kalmeert spanningsgebieden, stimuleert zintuiglijke waarnemingen, reflexpunten en zones van de voeten, handen en gezicht, verzacht spieren en pezen, herstructureert het lichaam, verstevigt en maakt de huid glad.



L'ESSENTIELLE BEAUTÉ

BOEK JOUW ONTSPANNENDE
ONTSNAPPING OP:
+33 7-83-21-80-70

