

Massages du Visage

Techniques manuelles ancestrales pour rajeunir les traits, stimuler le collagène et illuminer le teint sans chirurgie.

PRESTATIONS

SÉANCE 5 SÉANCES 10 SÉANCES

Massage MYOFASCIAL LIFTANT et SCULPTANT du VISAGE

Le Massage Myofascial est un véritable « lifting naturel » qui travaille en profondeur sur les tissus pour décrisper et lisser les traits. Cette technique manuelle précise libère les tensions accumulées, redessine l'ovale du visage et relance instantanément l'éclat du teint.

Offrez-vous une parenthèse de détente absolue pour retrouver un visage repulpé, sculpté et reposé.

45 min	85 €	400 €	770 €
1 h	105 €	495 €	950 €

Massage KOBIDO JAPONAIS

Technique japonaise ancestrale combinant lissages, pressions et drainage pour stimuler l'éclat, la tonicité et la détente du visage.

1 h	95 €	450 €	850 €
-----	------	-------	-------

Massage DRAINANT FASCIAL EXPRESS

Ce massage tonique décongestionne les traits, stimule la circulation et efface les signes de fatigue. Un véritable coup d'éclat express pour retrouver instantanément un teint lumineux et reposé.

30 min	65 €	310 €	595 €
--------	------	-------	-------

Massages du Corps

L'excellence du toucher thérapeutique pour drainer, soulager les tensions et sculpter le corps.

PRESTATIONS

SÉANCE 5 SÉANCES 10 SÉANCES

Massage DRAINAGE LYMPHATIQUE (femme uniquement)

Plus qu'un massage, une technique intégrant le travail viscéral pour optimiser la circulation de la lymphe et éliminer les toxines.

Bénéfices : Réduit les œdèmes, diminue la fatigue chronique, booste l'immunité et améliore le tonus de la peau.

1 h	105 €	495 €	940 €
-----	-------	-------	-------

Massage ANTICELLULITE (femme uniquement)

Un soin puissant ciblant la cellulite et la tonicité basé sur la technique chinoise Tuina. Ce massage travaille en profondeur les points d'acupression vitaux pour stimuler le métabolisme et la circulation.

Bénéfices : Réduction notable de la cellulite, renforcement musculaire et régulation de l'appétit.

1 h 15	130 €	625 €	1 200 €
--------	-------	-------	---------

Massage « ÉTOILE » (femme uniquement)

Notre soin le plus luxueux. Une combinaison parfaite de drainage lymphatique complet (de la tête aux pieds) et de relaxation profonde.

Bénéfices : Vous repartez avec une sensation de légèreté absolue, totalement détendue et « renouvelée ».

1 h 30	150 €	700 €	—
--------	-------	-------	---

Massage SÉRÉNITÉ – RELAXATION PROFONDE (femme uniquement)

Un massage neuro-sédatif et enveloppant qui aide à libérer les tensions physiques et nerveuses, apaiser le mental et retrouver un profond état de détente.

45 min	85 €	400 €	745 €
--------	------	-------	-------

Massage SÉRÉNITÉ – TÊTE, NUQUE et ÉPAULES

Un massage ciblé aux effets neuro-sédatifs pour relâcher les tensions liées au stress, aux postures prolongées, et au rythme intense du quotidien.

30 min	65 €	310 €	595 €
--------	------	-------	-------

Protocoles « Minceur en Douceur »

Notre protocole signature pour transformer votre hygiène de vie. Cette approche globale combine un coaching diététique pour optimiser votre nutrition et une séance hebdomadaire de soins manuels (acupression, massage viscéral, drainage lymphatique).

Bénéfices : *Perte de poids progressive, réduction de l'inflammation, amélioration du sommeil et gestion du stress.*

PRESTATIONS

SÉANCE 5 SÉANCES 10 SÉANCES

Séance de DIAGNOSTIC OFFERTE

Offerte

—

—

45 min

Découverte de la méthode et échange personnalisé autour de votre histoire, vos habitudes de vie et vos objectifs. Définition d'un accompagnement adapté pour votre démarche de perte de poids.

Séance ESSENTIELLE

65 €

310 €

590 €

30 min

Respiration guidée, acupression et drainage léger du ventre et des jambes pour stimuler le métabolisme, favoriser la circulation et aider à réguler l'appétit.

Séance COMPLÈTE (femme uniquement)

80 €

375 €

700 €

45 min

Respiration guidée, acupression et travail lymphatique plus complet pour stimuler le métabolisme, favoriser la circulation et accompagner les objectifs minceur.

20 min d'acupression, 25 min de massage

Séance APPROFONDIE (femme uniquement)

95 €

450 €

850 €

1 h

Une séance globale du corps associant respiration guidée, acupression et massage lymphatique approfondi du corps pour favoriser le drainage, alléger la sensation de lourdeur et soutenir la silhouette.

20 min d'acupression, 40 min de massage

Protocoles « Boost Minceur »

Un programme accéléré (2 séances/semaine) conçu pour une perte de poids rapide avant un événement ou pour raisons médicales. Idéal en accompagnement d'un régime FODMAP pour identifier les sensibilités alimentaires et les ballonnements.

Bénéfices : Détoxification intense, identification des intolérances et réduction de l'inflammation.

Durée max recommandée : 5 à 6 semaines.

PRESTATIONS	SÉANCE	5 SÉANCES	10 SÉANCES
Séance de DIAGNOSTIC OFFERTE 45 min Découverte de la méthode et échange personnalisé autour de votre histoire, vos habitudes de vie et vos objectifs. Définition d'un accompagnement adapté pour votre démarche de perte de poids.	Offerte	—	—
Séance ESSENTIELLE 30 min Respiration guidée, acupression et drainage léger du ventre et des jambes pour stimuler le métabolisme, favoriser la circulation et aider à réguler l'appétit.	65 €	310 €	590 €
Séance COMPLÈTE (femme uniquement) 45 min Respiration guidée, acupression et travail lymphatique plus complet pour stimuler le métabolisme, favoriser la circulation et accompagner les objectifs minceur. <i>20 min d'acupression, 25 min de massage</i>	80 €	375 €	700 €

Consultation et Suivi DIÉTÉTIQUE

Coaching et accompagnement diététique sans manipulation + Gestion du stress

Un accompagnement personnalisé pour adapter vos habitudes alimentaires, réduire votre stress et améliorer votre qualité de vie. Ces séances de coaching, sans manipulation physique, se concentrent sur l'évaluation de votre alimentation et la mise en place de nouvelles routines pour un bien-être optimal.

Avantages : Plan alimentaire sur mesure, gestion du poids, réduction du stress, regain de vitalité.

PRESTATIONS	SÉANCE	5 SÉANCES	10 SÉANCES
Séance de consultation 1 h 30	90 €	—	—
Séance de suivi 1 h	60 €	275 €	500 €

ADRESSE	HORAIRES	RÉSERVATION
17, rue Michelet 92100 Boulogne-Billancourt Métros 9 et 10	Du lundi au vendredi 8 h – 19 h 30 Samedi 8 h – 18 h	En ligne sur Planity.com ou à l'institut Français, anglais ou russe