

MASSAGES* AYURVÉDIQUES



ABHYANGA

Massage traditionnel de tout le corps à l'huile ayurvédique chaude. Favorise détente et circulation énergétique. Shiro Abhyanga inclus

1 h 15 - 90 €

MASSAGE DES PIEDS AU BOL KANSU

Harmonise la circulation de l'énergie vitale, apaise l'esprit, régule insomnie et stress.

45 mn - 60 €



AKSHI ABHYANGA

Massage à l'huile chaude dos et tête, massage des pieds au bol Kansu. Pour un véritable lâcher prise.

60 mn - 80 €

VOYAGE DOUCEUR VISAGE ET PIEDS

Massage visage et cuir chevelu avec des mini pochons puis massage des pieds au bol Kansu

60 mn - 70 €

MASSAGE CORPS AUX POCHONS

Massage avec des pochons aromatiques chauffés. Détente musculaire, action sur les tissus adipeux et toxines, relaxation.

1 h 10 - 105 €



SHIRO ABHYANGA

Sur chaise, habillé, massage trapèzes, nuque, tête à l'huile ayurvédique. Détente et énergie

30 mn - 35 €

SOINS ET MASSAGES*

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Détente et bien-être, soulagement des troubles du sommeil, digestifs, des douleurs musculo-articulaires...

50 mn - 60 €

60 mn - 70 € avec massage drainant

AMMA ASSIS

Sur chaise ergonomique, habillé, massage dos, nuque, bras et tête. Redonne sérénité et énergie.

Salons, entreprises, cabinet

20 mn - 28 €



MASSAGE DETENTE

Massage allongé : dos, bras, nuque, visage et cuir chevelu avec une huile personnalisée, détente musculaire et anti stress

45 mn - 60 €

HARMONISATION DES FASCIAS

Soin manuel permettant la libération de blocages physiques ou émotionnels. 3 séances sont généralement conseillées.

40 mn - 50 € - forfait 3 séances 120 €

MASSAGE ENFANT

En présence d'un parent, massage du corps "Eveil des sens" ou réflexologie plantaire (2 à 12 ans)

25 mn - 30 €



**Mes soins et massages sont des pratiques non médicales. Ils ne se substituent pas aux soins et traitements médicaux en cours.*

NATUROPATHIE



Pourquoi consulter ? Pour préserver votre santé, mieux dormir, mieux digérer, gérer stress et émotions, être accompagné lors de maladies et douleurs chroniques, être guidé dans vos choix alimentaires et cosmétiques, être acteur de votre santé.

Premier rendez-vous (1h30 à 2h) 80 €

Inclus le bilan naturopathique et les fiches conseils personnalisés

Rendez-vous de suivi (1h) 60 €

Consultation enfants moins de 18 ans 40 €

Etudiants : 10 € de réduction sur les tarifs

Mes techniques :

Nutrition et cuisine, phyto et aromathérapie, compléments alimentaires, gemmothérapie, élixirs floraux, pratiques manuelles et énergétiques, relaxation, respiration...

YOGA

Cours collectifs hebdomadaires de 1h15, Vinyasa et Yin Yoga

- groupes de 6 personnes
- abonnement au trimestre

Séances personnalisées individuelles 60 €

Retrouvez les horaires et tarifs sur mon site internet vedarosa.fr ou contactez moi

ATELIERS ET ANIMATIONS

- Ateliers bien-être et naturo
- Animations, conférences, massages en entreprise ou à domicile

Me consulter pour tarifs et devis

Edition 2026