



### **Massage Californien**

**1h – 60€**

Lent et relaxant, ce massage permet une profonde relaxation grâce à de longs mouvements fluides et enveloppants.

### **Massage Suédois**

**1h – 60€**

Tonifiant et appuyé, ce massage dénoue les tensions musculaires et soulage les courbatures liées aux mauvaises postures ou à une activité sportive régulière.

### **Massage Balinais**

**1h – 60€**

Doux et relaxant, ce massage traditionnel ancestral permet d'évacuer le stress et la fatigue par des étirements et la stimulation des points énergétiques, il apporte ainsi une parfaite harmonie entre corps et esprit.

### **Massage Ayurvédique**

**1h – 60€**

Énergisant, ce massage d'inspiration indienne réalisé à l'huile de sésame chaude favorise la circulation des énergies dans le corps par des mouvements rapides, des frictions et des pressions, la peau s'échauffe et les muscles se relâchent.

### **Massage femme enceinte**

**1h – 60€**

Personnalisé au fil des mois, ce massage réalisé avec une huile végétale neutre permet de soulager les zones les plus sollicitées pendant la grossesse : la nuque, les épaules, le dos, les lombaires et les jambes. Pour un confort optimum, ce massage sera réalisé avec un coussin d'allaitement (*à partir de 3 mois de grossesse*).

### **Massage à 4 mains**

**1h – 120 €**

Un massage signature créé et réalisé en collaboration avec Lola Peresse, quatre mains qui se suivent et se répondent simultanément. Une expérience sensorielle unique qui favorise un profond lâcher prise, la perte de repères à travers le temps et l'espace entraîne un sentiment de plénitude totale.

### **Massage minceur**

**45 min – 45 €**

La technique du palper rouler associée à l'utilisation de la Cellu-Cup sur une ou plusieurs zones à traiter, permet de retrouver une peau lisse et ferme ainsi qu'une silhouette affinée. Pour un résultat visible en 6 semaines, deux séances par semaine sont recommandées.

### **Réflexologie plantaire**


**45 min – 45 €**

L'enchaînement de pressions sur les zones reflexes du pied procure une détente absolue et favorise le relâchement des tensions de l'ensemble du corps.

### **Massage Crânien**

**30 min – 25 €**

Ce massage anti-stress localisé principalement sur le crâne, le cuir chevelu, les trapèzes et la nuque libère les tensions accumulées, un massage découverte pour faire une pause au cours de la journée.

Pantin  Hoche  
06 26 75 01 78 – [epinoges@hotmail.fr](mailto:epinoges@hotmail.fr)  
[www.evapinoges.fr](http://www.evapinoges.fr)