

Marion

Marceaux

SOPHROLOGIE

Venez découvrir la sophrologie,
lors d'exercice de respirations,
et de relaxation physique et
mentale

N'hésitez pas à vous
munir d'une serviette
sèche ou d'un peignoir

Mes contacts

6 rue Robert Galley
51000 Châlons en Champagne
06.12.61.14.52
marion@mabulle-sopho.com



Fanny

Lesage

Masseuse

Massage amma assis, sans huile, sur chaise ergonomique, C'est un massage par acupression du haut du corps.

Les bienfaits sont une détente profonde (physique et psychique), un soulagement des tensions, sur un temps court.

Mes contacts

Secteur Chalons en Champagne pour les particuliers et départemental pour les entreprises

06.69.91.05.62

www.zenrj51.fr



Ludivine

Hazard

Reflexologue

**Reflexologie plantaire, palmaire,
cranio-fasciale**

**Massage des zones reflexes qui
correspondent à un organes, une
fonction.**

Mes contacts

A domicile ou en entreprise

0686269585

luddml@yahoo.com



Laura

Geran

Sophrologue

Je vous guide et vous aide à retrouver sérénité et harmonie dans votre corps et votre esprit, grâce aux bienfaits de la sophrologie qui est une technique de relaxation qui combine, respiration, détente musculaire et visualisation positive.

N'hésitez pas à vous munir d'une serviette sèche ou d'un peignoir

Mes contacts

A domicile ou en visio

06.27.46.02.33

laura.jardindesbulles@gmail.com



Pamela

Jullion

Yoga du rire

Le yoga du rire est une pratique physique et mentale qui combine des exercices de rire volontaire avec des techniques de respiration yogique.

Les bienfaits du yoga du rire sont nombreux:

- Réduction du stress
- Amélioration de l'humeur
- Renforcement des liens sociaux
- Augmentation de l'énergie

N'hésitez pas à vous munir d'une serviette sèche ou d'un peignoir

Mes contacts

Châlons en Champagne

06.46.49.47.49

jullionpamela@gmail.com

le
yoga
du rire

Mylène

Calduch

praticienne MTC

Il s'agit de massages de relaxation très efficaces car j'utilise les points d'acupuncture du corps en les stimulant par le biais de massages spécifiques sur ces points.

Je vais combiner ces massages avec l'utilisation de ventouses dites "mobiles" dans la zone du dos pour pouvoir agir sur des points de méridiens importants.

Contre-indications pour les peaux lésées, hypertension, problème de coagulation sanguine et femmes enceintes

Mes contacts

Châlons en Champagne

06.52.32.74.58

mylene_calduch@yahoo.fr

www.mylène-calduch.fr



Richard

De Bregillion

Massage magnétique

Profitez du bien fait d'un massage lié à la puissance du magnétisme.

Diplômé en massage bien-être, thaï et iomi-lomi. J'adapte mes techniques de massage selon le ressenti de mes mains

***utilisation d'huile d'avocat (allergie)**

Mes contacts

Vesigneul sur Marne
rbd51240@gmail.com
06.95.14.96.85

Sylvie

Renaud

Praticienne shiatsu

Le Shiatsu est une technique manuelle de soin d'origine japonaise, de prévention et d'accompagnement pour de nombreuses problématiques énergétiques d'ordre physiques et émotionnelles, avec l'objectif de corriger les déséquilibres énergétiques de l'organisme, d'améliorer et de préserver la santé. »

Mes contacts

**24 allée de forêt Châlons en Champagne
sylvier51@sfr.fr
06.35.94.41.00**

Aline Collard

Massages

Massages et soins énergétiques, Bien être, Relaxation, proche Châlons en champagne.

Soin Vibratoire La Trame

Formatrice de praticiens du Massage des 5 Continents et Expanse Therapy.

Mes contacts

8 avenue des Collines, Fagnières

06.20.97.30.36

aline.collard51@gmail.com

www.massage-bien-etre-chalons.com



Anais Vincent Massages

**Massages et soins énergétiques, Bien être,
Relaxation, proche Châlons en champagne.**

Soin Vibratoire La Trame

**Formatrice de praticiens du Massage des 5
Continents et Expanse Therapy.**

Mes contacts

**14 Av du Général Sarrail, Châlons en
Champagne**

07.60.19.66.84

anaisvincent51@hotmail.com

Disponible sur planity

Severine Lombard

Massages

Le massage bien-être est une forme de massage non thérapeutique dont l'objectif est de vous offrir un moment de détente et de lâcher-prise, une bulle de bien-être hors du temps au sein de laquelle vos soucis et votre stress disparaissent.

Possibilité d'utiliser un diapason pour bénéficier des bien-fait des vibrations et du son .

Mes contacts

La Neuville au Pont
sev.massage.reboost@gmail.com
07.66.94.69.43

Audrey

Gavois

Massothérapeute

Praticienne dans différentes médecines holistiques comme le massage au ressenti, le reiki usui ou soin corporel minceur, je suis aussi médium spirit. Je serai présente pour vous proposer des massages au ressenti dos ou ventre ou crânien soin knap et séance reiki découverte

Mes contacts

06.16.19.50.38

audreygavois51240@gmail.com

Clarisse

Gavois

drainage lymphatique

Le drainage lymphatique tend à soutenir le système immunitaire en favorisant une meilleure circulation de la lymphe. Parallèlement, cette technique de massage offre des effets relaxants. Elle aide à réduire le stress et à favoriser la détente.

Mes contacts

06.16.19.50.38

audreygavois51240@gmail.com

Méditation Guidée

Installer confortablement dans l'eau, venez vous laisser guider afin de cultiver votre bien-être mental et émotionnel.

Les pouvoirs de l'eau et du son, vous amèneront dans un état de sérénité et de relâchement complet.

Mes contacts

Aquacité

Cours de relaxation aquatique tous les samedis