

Une approche globale et personnalisée

Écoute • présence • qualité du toucher

Un massage adapté à vos besoins

Chaque massage est personnalisé en fonction de vos besoins, de votre sensibilité et de votre état du moment.

Mon approche associe écoute, présence, qualité du toucher et différentes techniques affinées au fil de mon expérience et de mes années de pratique.

Offrez un moment de bien-être

Bons cadeaux disponibles pour tous les massages.

Jacqueline Reignier

Sur rendez-vous • 06 12 92 36 69

2 avenue du Régiment de Bigorre

65000 Tarbes • www.ateliers-bien-etre.fr

Massages de bien-être à but non thérapeutique.

MASSAGES DE BIEN-ÊTRE



Une pause pour vous ressourcer

Détente • Reconnexion au corps • Vitalité

Jacqueline Reignier

Massothérapeute • Naturopathe

Choisissez le massage qui répond à votre besoin du moment

Massage global de bien-être Paloma

Profonde détente et reconnexion avec son corps

Un massage global et personnalisé de l'ensemble du corps, des pieds au cuir chevelu.

Par la qualité du toucher, l'écoute et l'association de différentes techniques, il invite à relâcher profondément les tensions, à se reconnecter à ses sensations et à retrouver un nouvel équilibre.

À la fois relaxant et revitalisant.

1 h 30 : 90 € **1 h : 60 €**

Massage du dos

Libérer le dos et retrouver de la légèreté

Le dos, les épaules et la nuque concentrent souvent les tensions liées au stress, aux postures et au rythme du quotidien.

J'adapte différentes techniques manuelles aux zones de tension et aux besoins du corps pour délier progressivement le dos, relâcher profondément les muscles et retrouver une agréable sensation de légèreté.

45 min : 50 €

Massage Terre & Ciel

Des pieds à la tête, une parenthèse d'apaisement

Ce massage associe la réflexologie plantaire au massage du visage, des oreilles et du cuir chevelu.

En agissant avec douceur sur ces zones riches en terminaisons nerveuses et en points réflexes, il aide à calmer les tensions, apaiser le mental et retrouver une agréable sensation d'unité et d'harmonie.

45 min : 50 €

Massage des pieds et des jambes

Retrouver légèreté et confort

Idéal lorsque les jambes sont fatiguées ou lourdes, il associe pétrissages, frictions, gestes drainants et réflexologie plantaire.

Il favorise la détente, active la microcirculation et procure une agréable sensation de légèreté.

1 h : 65 €

Réflexologie bien-être du système digestif

Apaiser le ventre et soutenir le confort digestif

Ce protocole associe massage réflexogène du dos, réflexologie plantaire ciblée et massage du tube digestif à l'huile de ricin.

Il contribue à faciliter la digestion, décongestionner les organes et évacuer les toxines et le stress.

50 min : 60 €

Massage du visage, du crâne et de la nuque

Grande détente, vitalité et éclat

Particulièrement relaxant, il favorise le relâchement de nombreuses tensions.

En stimulant les circulations sanguine et lymphatique, il aide à redonner bonne mine et permet un regain de vitalité.

25 min : 30 €