ESPACE HI body

UN SPA A LA PLAGE WITH
a spa on the beach with

REN
CLEAN BIO ACTIVE SKINCARE

MASSAGES//

By Bertrand Poncet Massages

30 m: 45 euros_1h: 85 euros_1h30: 120 euros

(munissez-vous de votre serviette de plage pour le soin – merci)
(please take your beach towel with you for the treatment)

PLAY//

Réflexologie (tête-mains-pieds) **stress relief**

entraîne une sensation de légèreté
régule l'appétit et les troubles digestifs
lutte contre l'insomnie, les maux de tête, le stress.

ENERGY//

Massage suédois **tensions relief**

fait disparaître les tensions dans les muscles et dans les articulations
rentre en profondeur dans les tissus pour soulager les muscles fatigués
favorise une récupération rapide

RELAX//

Massage californien **good to relax**

détend, apaise profondément
relâche les tensions musculaires
assouplit les articulations

Les masseurs de l'équipe **Bertand Poncet Massages** sont reconnus par la Fédération Française de Massages Bien-Etre.

www.massageadomicile.com

YOGA//

Sur inscription à HI BEACH – necessary enrollment at HI BEACH
Tous les samedis – every saturday 9 – 11 H

COURS DE YOGA (tous niveaux) 2h **15 euros**

YOGA CLASSES (suitable for all levels) 2h

//