



Le massage est un moment de relaxation, de détente, de paix, d'harmonie et de remise en forme. Il détend à la fois le corps et l'esprit...

Les techniques proposées sont pratiquées dans le respect et la tradition du pays d'origine.



Événementiel

Communiquez à travers le bien-être !
Cocktail, soirée, salon, lancement de produit...
Ensemble, créons l'événement.



Idée Cadeau !

Offrez à vos proches un moment de détente et de bien-être pour célébrer un anniversaire, la fête des mères, la fête des pères, la Saint Valentin, Noël, un mariage...

Le bien-être pour être bien...



espace
Océan'is

15, rue du Breuil 52140 Is en Bassigny
Tél. 03 51 55 41 55 ou 06 19 69 54 77
sandrine.bos@gmail.com

Sandrine, certifiée de l'école LILAVADII,
(La formatrice a été formée et diplômée à l'école de médecine Thai Wat Pho à Bangkok)

vous accueille du lundi au samedi,
de 10 heures à 20 heures dans son espace,
ou, à votre domicile sur rendez-vous.

水 月 火 土 金
L'eau Le bois Le feu La terre Le métal



espace
Océan'is

Revivre en harmonie
avec et dans son corps...



**Réel bien-être
à la portée de tous...**

Le bien-être pour être bien...



L'Esprit du lieu

Imaginez un lieu unique de détente et de bien-être...

Imaginez un service personnalisé, dans une atmosphère où détails et harmonie y sont les maîtres mots...

Imaginez un véritable accueil, où joie et partage riment avec lèvres souriantes et mains habiles...

Imaginez le bruit de l'eau, les couleurs de la terre, les senteurs du vent et l'éclat du feu...

Imaginez un refuge intemporel, loin des turbulences de la vie quotidienne...

Imaginez le calme, la sérénité et l'harmonie...

N'oubliez plus... venez vivre et venez découvrir un monde d'exception... Une invitation au voyage... Un monde...

Océan'is



Massage* de bien-être nuad bo rarn (thaï)

Vieux de plus de 2500 ans, le massage traditionnel thaïlandais puise ses origines du shiatsu, de l'Ayurvéda et de certaines techniques de yoga. Il a pour but d'obtenir une circulation harmonieuse des voies énergétiques du corps. Il procure un état de relaxation et de détente psychocorporelle, il améliore la souplesse, dissout les tensions et le stress, il délasse et apporte un afflux d'énergie.

Massage* de relaxation aux pierres chaudes

D'origine amérindienne, les Indiens ont découvert cette technique de massage proche de la nature et se sont rendu compte très rapidement des bienfaits apportés par les pierres de basaltes. La chaleur des pierres chaudes se diffuse lentement et profondément à travers les muscles, procurant un effet immédiat de détente et de bien-être. Il réduit les tensions musculaires, améliore la circulation sanguine, détoxique et rééquilibre les énergies du corps.

Massage* de détente thaï aux ballots de plantes

Originaires du Siam, l'actuelle Thaïlande. Ce massage c'est déjà le bonheur de respirer le parfum exhalé par les vapeurs des plantes, c'est aussi une application d'herbes chaudes sur l'ensemble du corps. Préalablement chauffées à la vapeur, celles-ci libèrent leurs principes actifs sous l'effet de la vapeur. Tout le corps se libère du stress quotidien et la peau est débarrassée des impuretés... c'est un pur bonheur. A noter que le massage aux plantes peut être pratiqué seul ou combiné après un massage de bien-être Thaï.

*Techniques de massage liées uniquement au bien être et non à la pratique médicale ou sexuelle. Ce massage ne s'apparente à aucune pratique médicale ni paramédicale occidentale. Il ne s'agit pas d'un massage thérapeutique mais d'une relaxation.

Massage* déstressant assis

Né dans les années 80 aux USA et s'inspirant de techniques traditionnelles japonaises (amma ou shiatsu), le massage assis se donne essentiellement sur le dos, les hanches, les épaules, les bras, les mains et la tête. Idéal sur son lieu de travail ou avant un entretien, il élimine le stress et permet une première approche du massage en 15 mn.

Massage* de relaxation Ayurvédique Abhyanga

Il est originaire de l'Inde et pratiqué depuis des millénaires, il reste un véritable art de vivre, même de nos jours. Il s'appuie sur les principes de bases de la médecine indienne appelée Ayurvéda, « science de la vie ». Il est très relaxant et tonique. Il stimule et rééquilibre les différents points énergétiques de notre corps. Il réduit les tensions musculaires, le stress, améliore la circulation sanguine, le sommeil. Il adoucit et assouplit la peau.

Massage* de bien-être pour bébés et jeunes enfants

Il permet la communication parent enfant, et il est bénéfique pour resserrer les liens entre la mère et celui-ci. L'enfant reçoit de l'amour, de la joie et surtout, il devient plus confiant. Le massage est un pilier supplémentaire permettant au bébé de développer son corps et son esprit. Il se fait avec amour et patience.

Envie de masser votre bébé...

A pratiquer sans restriction, cet échange est symbole d'épanouissement, de patience, de calme et de délice, tant pour le câlinant que pour le câliné... sans délaisser le papa, qui au même titre que la maman, a une place très importante. L'enfant est massé régulièrement par ses parents, il se sent rassuré et en sécurité, donc moins de pleure. Il grandit et s'épanouit en gardant ce sentiment de sécurité et de bien-être. L'échange est réciproque et extraordinaire, il faut donc rester dans un massage de bien-être, de dialogue, d'amour et de partage...

