



	Prix	Détails
<b>Les massages énergétiques (90 - 110 minutes)</b>	80 €	Les découvrir sur la page <i>Retraite Individuelle / Accompagnements</i> .
<b>Sonothérapie /massage sonore 90 mn</b>	Bain sonore 110 €  Massage à 4 mains 150 €.	Massage sonore ou Massage à 4 mains : son et touché  Traite Stresse et Anxiété, dissout les blocages et libère les tensions. Les fréquences permettent de se plonger dans un bain de relaxation et de lâché prise.
<b>Bain sonore en groupe de 10 pers</b>	40 € / pers	
<b>REC-SO /EMDR optimisé 120 mn</b>	140 €	Thérapie de Réinformation émotionnelle et comportementale par stimulations oculaires. Elle traite le stress, phobie, angoisse, évènements de Vie difficile.
<b>Les Pratiques guidées (1 heure / 1 journée)</b>	60 - 180 € prix à partager entre le nombre de participants (Jusqu'à 4 personnes)	60 € : méditation guidée, cérémonie du thé, une expérience sensorielle en forêt.  100 € / 180 € : Vivre une expérience de sylvothérapie pendant 1/2 journée ou 1 journée.
<b>Séance de Yoga</b>		Me préciser votre demande, car différentes pratiques de yoga sont possible .
<b>Coaching individuel</b>	75 €	Selon ta demande, nous ajusterons le nombre de séances à la durée de ton séjour, avec possibilité de continuer les séances à distance.