



Depuis 2010 je suis praticienne en massages-bien-être.

Un métier qui me passionne tant par le contact humain que par le corps et ses incroyables ressources.

Le massage est un merveilleux moyen pour lutter contre le stress de tous les jours et aussi pour se ressourcer.

Se faire masser c'est s'offrir un moment unique et précieux dédié à la détente qui permet une reconnexion à soi-même.



SUR RENDEZ-VOUS

Certifiée par CLK formation Lyon.
École agréée par la
Fédération Française de Massages-Bien-Etre

Immeuble « Le Gavot »
01 étage
35, Copsy Les Crêtes
74500 Saint Paul en Chablais
Tél. (+33) (0) 6 75 62 91 18

www.obien-etre.net

Parking privé à votre disposition



I speak English



Je ne prends pas
la carte bancaire.

IMPRIMERIE DU BUREAU - LUZERN - 04 50 76 06 08 / Crédits photo: fotolcaif - Edition 2023



Mirjam Burnet

E.I

Praticienne en
Massages-Bien-Etre, Ayurvédiques
et pratiques énergétiques.
Certifiée.

Saint-Paul-en-Chablais
• 74500 •



LES MASSAGES-BIEN-ETRE



Plaisir d'offrir; pensez au bon cadeau!

LES MASSAGES DE RELAXATION ET DE DÉTENTE

-  Beauté japonaise du visage Séance 55 min/55 €
Ce massage du visage (cou, épaules, crâne) est bien plus qu'un lifting naturel; il associe la vitalité à la beauté, la remise en forme à la relaxation!
-  Le Deep Tissue Séance 55 min/55 €
Ce massage en profondeur de tout le corps dissipe la fatigue et le stress, relaxe et tonifie les tissus musculaires et permet de renouer avec la vitalité!
-  Le Californien Séances 60 min/60 € 75 min/75 €
Ce massage à l'huile sur tout le corps est LE massage anti stress par excellence. Il apporte apaisement et confort.
-  Massage de dos relaxant et/ou tonifiant Séances 30 min/30 € 45 min/45 €
Massage spécial dos.
-  Massage-bien-être chinois des 3 rides Séances 30 min/30 € 45 min/45 €
Ce massage du visage et crâne favorise l'hydratation, la tonification des tissus et un relâchement profond des tensions corporelles.

LE MASSAGE CHINOIS ÉNERGÉTIQUE

-  Le Tuina de bien-être Séance 55 min/55 €
Ce massage issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise de tout le corps est un coup de fouet naturel pour l'organisme: dynamique et énergétique et pour autant relaxant.

LA PRATIQUE ÉNERGÉTIQUE

-  Le Reiki (Usui Traditionnel) Séance 50 min/55 €
Cette pratique énergétique habillée, par imposition des mains, consiste à équilibrer le flux d'énergie du corps, du physique et de l'émotionnel.
-  Pratique énergétique personnalisée Séance 50 min/55 €
Personnalisée selon vos besoins et les murmures de votre corps.

LE MASSAGE PERSONNALISÉ Séance 60 min/60 €

Un massage unique adapté à vos envies et besoins du moment.

LA RÉFLEXOLOGIE

-  La Réflexologie plantaire Séances 30 min/30 € 45 min/45 €
Elle a pour but de détendre et d'assouplir les pieds, de stimuler toutes les zones réflexes correspondantes à l'ensemble du corps. Un bien-être global garanti.

LES MASSAGES BALINAIS

-  Le Pijat Bali Séance 75 min/75 €
Ce grand massage balinaise se révèle relaxant, stimulant et tonifiant.
Un massage de tout le corps complet, riche et original!
-  Le Pijat Kepala Séance 30 min/30 €
Ce massage à l'huile vise à un relâchement de la zone haute du corps: dos, épaules, trapèzes, cou, nuque, crâne, tête et visage. Détente garantie!
-  Le Pijat Bali + Pijat Kepala Séance 1 h 30 min/90 €

LES MASSAGES AYURVÉDIQUES DE BIEN-ÊTRE

(Indien traditionnel)

-  Le Sarva Prâna Séance 45 min/45 €
Un massage de dos stimulant et tonique pour enlever les tensions du dos (du stress, jardinage, travail mental...).
-  Le massage Kansu des pieds Séance 45 min/45 €
Excellent massage de détente pour toutes les prises de tête! Il se pratique traditionnellement avec le Bol de Kansu qui contient 7 métaux.
-  Le Pagatchampi Séance 45 min/45 €
Massage des jambes pour des jambes plus « légères » et une meilleure circulation. Il facilite une détente profonde.

Il ne s'agit aucunement de massages thérapeutiques ou de rééducation