

# Soins de sonothérapie

## C'est quoi ?

C'est une expérience inédite et exclusive, que j'ai mise au point en associant différentes approches de bien-être. Fort de mes vingt ans d'expérience dans le domaine du massage et ma formation de musicien classique, j'ai le plaisir de vous proposer une séance de relaxation qui allie massage et massage aux vibrations sonores. Un moment unique et intense qui vous fera vibrer !



## Comment ça fonctionne ?

### *Sonothérapie :*

Comment détendre son corps et son esprit grâce aux vibrations sonores : L'activation des sons avec plusieurs instruments de musique dont des bols tibétains et des diapasons thérapeutiques, permet aux ondes sonores d'induire une sensation enveloppante de bien-être. Lorsqu'elles vibrent à proximité et à la même fréquence que certaines parties de notre corps, les liquides (dont nous sommes constitués à 70%), les organes, les muscles, les circuits neuronaux, et même les cellules sont stimulés par la fréquence de résonance de ces ondes. Certaines autres fréquences correspondent aux chakras et agissent comme régulateur. Il s'agit donc d'une méthode efficace pour lutter contre les effets du stress, ce mal du siècle qui affecte 9 personnes sur 10...

### *Lithothérapie :*

La composition chimique et la couleur de certains cristaux et pierres semi-précieuses, disposés près du corps pendant le soin, permettront de renforcer l'effet des sons.

### *Aromathérapie :*

Selon les parties du corps qui seront ciblées, les propriétés de certaines huiles essentielles sélectionnées viendront amplifier le travail des sons pendant la séance.

### *Massothérapie :*

Vous pourrez aussi profiter d'un segment de massothérapie qui variera en fonction de la partie du corps (massage suédois, drainage lymphatique, dermo-neuro-modulation ou fasciathérapie).



## Les bienfaits :

Les perceptions peuvent varier en fonction des personnes (stimulation ou apaisement)  
Les neurosciences ont mis en évidence les bienfaits des ondes sonores sur le cerveau.

Permet d'atteindre une grande détente et un état de relaxation profonde.  
Vous entraîne dans un voyage sonore et olfactif.  
Encourage et favorise le lâcher-prise.  
Régulation du métabolisme et harmonisation de la circulation des énergies.

Les bols tibétains ayant une symbolique spirituelle dans d'autres cultures, il est possible que certains expérimentent un travail plus subtil et profond.

**Embarquement immédiat !  
Laissez-vous transporter !**