



La Lézardière

Chambres, Table d'hôtes
& SPA



Luxe et charme en bord de mer

Prix : 125 Euros/Pers

"journée SPA " (1 Journée avec le repas du midi)

Programme :

- Arrivée à partir de 10h , vous serez reçu par Philippe ou Pascal
- Une boisson offerte et remise d'un peignoir ainsi que d'une paire de chaussons de piscine
- Visite de l'hébergement et son environnement
- Accès illimité au sauna, au jacuzzi, terrasses, salon avec télévision commune ainsi qu'à la piscine chauffée (ouverte en fonction des conditions climatiques) durant toute la journée
- 1 massage à choisir parmi la liste des massages proposés (heure à convenir avec Pascal lors de la réservation)
- Déjeuner en table d'hôtes entre 12h et 13h (repas léger composé d'un plat avec son accompagnement, fromages, dessert, café thé ou infusion, vin et boissons comprises)
- Une bouteille d'eau plate de 50cl vous sera offerte pour votre après midi de détente
- Douche possible à l'intérieur ou à l'extérieur
- départ de la villa vers 17h

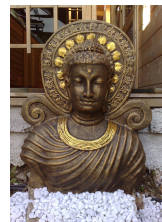
Renseignements et Réservations :

Philippe et Pascal
Villa "La Lézardière"
Les allées de Tamaris
83500 LA SEYNE SUR MER / France

Tél : +33 (0) 4 94 63 2006
Fax : +33 (0) 9 54 470 870

Email : villalalezardiere@free.fr

Visitez notre site internet -> <http://villalalezardiere.fr>



La Lézardière

Les massages

Massage Ayurvédique *

Le massage ayurvédique est un massage venu directement d'Inde, où le mot Ayurveda ("Science de la vie") désigne la médecine indienne traditionnelle. Les palpations et pressions, pratiquées sur le corps nu et huilé, détendent, réduisent la tension nerveuse, et améliorent la circulation sanguine.

Maldivien (anti-stress)

A base d'huile biologique de sésame et de tournesol, contient également de l'ylang, du lavandin, de la mandarine et du romarin

Indien (le pur ayurvédique) *A base d'huile biologique de sésame*

Asiatique (minceur) *A base d'huile biologique de sésame, contient également de la menthe, du romarin, du citrus et du basilic*

Thailandais (remise en forme) *A base d'huile biologique de sésame, contient également de l'abricot et du macadamia*

Toutes nos huiles sont certifiées BIO

Tarif

60 min = 80 Euros

90 min = 115 Euros



Relaxation dirigée *

La relaxation dirigée est un relâchement volontaire, physique et mental. Elle provoque un état particulier de la conscience, l'activité des principales fonctions est ralentie, l'activité cérébrale est réduite mais n'échappe pas au contrôle volontaire. Vous serez toujours conscient et vous pourrez à tout moment décider d'arrêter ou de poursuivre sa séance. *Cette relaxation vous procurera un sentiment de bien-être profond.*

Tarif

45 min = 60 Euros



Massage Tibétain*

Le massage Tibétain associe un massage manuel spécifique, tonique, à un massage avec le bol sonore. Le son émis par le bol va être en phase avec votre fréquence physique et émotionnelle. La résonance vibratoire recharge l'équilibre énergétique d'une façon très subtile, et le son va durer plusieurs secondes, l'onde sonore est basse et grave.

Ce massage dénoue les tensions, favorise la relaxation, draine les toxines, réactive la circulation et permet d'obtenir un rééquilibrage énergétique

Tarif :

60min = 100 euros



Après une séance, il vous sera servi un thé au gingembre et une pâtisserie.

** Tous les massages sont à but bien-être et détente, en aucun cas thérapeutique ou médical*