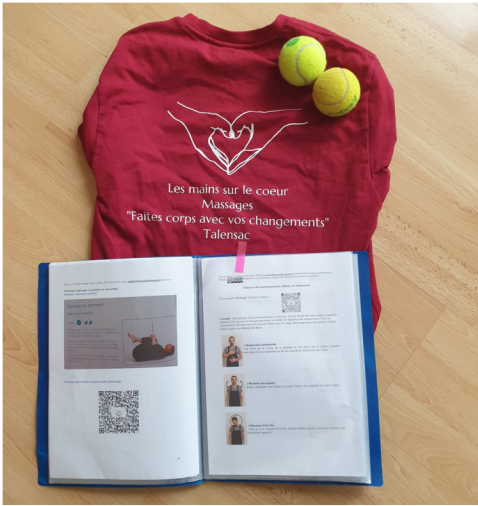


Les mains sur le coeur



Praticienne certifiée en massage bien-être, j'apporte le soin directement dans vos espaces — coworking, tiers-lieux, associations, entreprises.

Cours collectifs d'automassage, massages habillés sur chaise ou massage corps complet : je m'adapte à votre contexte, votre budget et vos disponibilités.

Un véritable atout pour vos actions en faveur de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail, (QVCT).

Offrez à vos collaborateurs le bien-être qu'ils méritent.

- Soulagement des douleurs liées à la posture (épaules, nuque, dos) et des troubles musculo-squelettiques (TMS)
- Réduction du stress et de l'anxiété (santé mentale)
- Amélioration de la concentration et de la créativité
- Un atout différenciant pour fidéliser vos membres
- Moment de pause ressourçant et de cohésion d'équipe
- Meilleur équilibre vie pro / vie perso

Les prestations



COURS COLLECTIFS

Des cours pour 15 personnes maximum : automassage, ateliers massage parent-enfant



MASSAGES HABILÉS

Shiatsu assis (15 minutes par personne, 6 personnes maximum), massage japonais des mains (15 minutes par personne, minimum 6 personnes), réflexologie plantaire (30 minutes, 2 personnes maximum)



MASSAGES CORPS

Massage corps en individuel : californien et ayurvédique (30 ou 60 minutes chaque massage)

Contactez-moi pour recevoir un devis personnalisé :
Anna Le Blaye, les mains sur le coeur,
Talensac, à l'Ouest de Rennes
lesmainssurlecoeur.fr
contact@lesmainssurlecoeur.fr
06 84 43 96 66