

# Prenez un moment pour vous...

## Massages ayurvédiques - Bien-être & équilibre

Chers habitants de Moiron et des environs,

Je m'appelle **Manon**, praticienne en massages et en Ayurvéda.  
Mon cabinet se situe au 11 route de Vernantois à Moiron.

L'**Ayurvéda**, art ancestral indien, basé sur la prévention, vise à rétablir **l'harmonie entre le corps et l'esprit**.  
Il repose sur la compréhension du métabolisme de chacun, afin de proposer un **massage personnalisé**.

Formée et passionnée, je vous accueille dans un **cadre apaisant**, propice à la détente et à la **reconnexion à soi**.

Je vous propose différents types d'accompagnement :

🍃 **Des massages ayurvédiques**, profonds et enveloppants pour rétablir l'équilibre et l'énergie du corps.

🍃 **Des massages sur-mesure**, construits ensemble en fonction de vos besoins : détente, tensions musculaires, stress, fatigue...

Chaque séance est un **moment d'écoute** et de **présence**, pour vous offrir un vrai temps de ressourcement.

Au plaisir de prendre soin de vous,  
Manon

**Sur rendez-vous uniquement : 07 83 53 38 03**

📍 11 Route de Vernantois 39570 MOIRON

