

# Découvrez une magnifique formule pour 1 ou 2 personnes : Combinez le shiatsu dans l'eau avec la chaleur réparatrice d'un sauna infrarouge



Imaginez une piscine d'eau chaude, une musique douce, des mouvements lents et votre corps presque totalement libéré de la pesanteur... Ce cadre induit un état de profonde détente musculaire et un grand bien-être général. Il permet la dissolution des nœuds de tension chronique et amène une profonde revitalisation.

Pratiqué en douceur dans l'eau de 36°, le **Watsu®** (le shiatsu dans l'eau) combine mouvements, étirements et bercements qui détendent les muscles, soulagent les courbatures et relâchent les tissus ligamentaires. Il procure un état de bien-être ineffable pour:

- se détendre physiquement et psychologiquement ;
- retrouver la légèreté de l'être ;
- soulager les douleurs au niveau du dos, de la nuque, des épaules, etc. ;
- évacuer le stress, les tensions et la fatigue ;
- dépasser les peurs de l'eau (traumatisme).

Prix par personne : 40€ pour 30 minutes de Watsu plus 10€ pour 30 minutes de sauna infrarouge (chacun à son tour). Au prix de 10€ en plus p.p. il est possible de profiter ensemble du jacuzzi après.

Réservations sur 0496 765410 ou [www.bodymindwellness.be](http://www.bodymindwellness.be), Drève du Méreault 11, 1410 Waterloo

