



*Faites-vous du bien !*

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○○○  
○○○ bien-être ○ bonheur ○○○





## Faites-vous du bien !

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



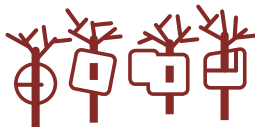
### Massage Amma 30mn - 20€

Le massage Amma est une approche énergétique millénaire basée sur les principes des Médecines traditionnelles japonaise et chinoise.

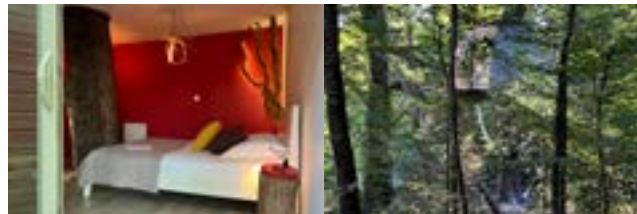
Il combine plusieurs techniques corporelles qui s'apparentent à la réflexologie, au shiatsu, au massage suédois et à la chiropratique. Il a pour objectif d'éliminer les blocages énergétiques et de prévenir et maintenir la santé en exerçant une série de manœuvres sur les points spécifiques situés le long des méridiens, des muscles et des articulations.

Le massage Amma se pratique sur une chaise dédiée. Il vous sera prodigué où bon vous semblera ; par exemple sur la terrasse de votre Nid Perché.

Questions, disponibilités, réservations :  
Xavier : 06 60 71 56 57



Les Galants  
Nids perchés



## Faites-vous du bien !

o o o massages o nuits dans les arbres o spa o nature o bien-être o bonheur o o o

### Sauna et/ou Bain norvégien

**30mn à 1h - à partir de 30€**

Profitez sur place d'un espace dédié  
à votre bien-être :

- Sauna infrarouge pour deux adultes en intérieur accompagné de sa douche revigorante.
- Bain norvégien pour deux adultes en pleine nature.

Sauna et Bain peuvent être combinés et accompagnés d'un plateau gourmand.

Cet espace est privatisé et peut être réservé au dernier moment.



Questions, disponibilités, réservations :  
Cécile : 06 59 24 91 92 o [instantbienetre58.fr](http://instantbienetre58.fr)



## Faites-vous du bien !

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



### Rituel du hammam

**1h - 60 €**

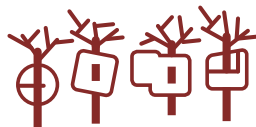
La sudation par la chaleur du sauna infrarouge engendre une vasodilatation, les vaisseaux sanguins se dilatent et la pression artérielle diminue. Un gommage corporel au savon noir, un shampoing traditionnel, un enveloppement corporel au gasshoul et un coiffage permettront à ce rituel de retrouver une peau douce et propre, évacuant ainsi toutes les toxines de la peau provenant de l'alimentation et de la pollution par sudation.

Laissez-vous porter par ce rituel effectué dans sa salle privatisée, et profitez d'une douche revigorante.

Accompagner ces séances d'un massage est fortement conseillé.

Questions, disponibilités, réservations :

Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [linstantbienetre58.fr](http://linstantbienetre58.fr)



*Les Galants*  
Nids perchés



## *Faites-vous du bien !*

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○

### **Massage corporel à 4 mains**

**45 mn - 80 €**

Ce massage est pratiqué sur la base du massage oriental.

Deux praticiens de bien-être vous massent de concert. Leurs quatre mains parcourent tout votre corps simultanément, en harmonie.

Les manœuvres lentes et enveloppantes vous offrent un moment de détente et de relaxation incomparable.

Le cerveau ne parvient pas à se concentrer de façon précise sur les gestes, permettant un lâcher prise est total.



Questions, disponibilités, réservations :  
Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [instantbienetre58.fr](http://instantbienetre58.fr)



## *Faites-vous du bien !*

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



### **Douceurs gourmandes**

*Faites du bien à vos papilles !  
Prolongez le plaisir ...*

#### **Plateau solo**

**27 €** Champagne (37,5cl) & mignardises maison  
**8 €** Thé ou café & mignardises maison

#### **Plateau duo**

**32 ou 48 €** Champagne (37,5cl ou 75cl)  
& mignardises maison  
**16 €** Thé ou café & mignardises maison

Questions, disponibilités, réservations :  
Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [instantbienetre58.fr](http://instantbienetre58.fr)



## *Faites-vous du bien !*

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



### **Massage Oriental**

**1h - 60 € ou 1h30 - 90 €**

**OU Massage de couple**  
**1 heure - 100€**

Ce massage se pratique à l'aide d'huile d'argan chaude. Les pressions sont fluides, rythmées et appuyées. Réputé pour ses vertus purifiantes et relaxantes ainsi que pour son action libératrice sur les terminaisons nerveuses et les muscles, le massage oriental apporte une profonde sensation de bien-être.

Nous vous proposons de pratiquer ce massage, pour vous deux. En simultanée sur deux tables de massage et par deux praticiens, il vous offrira partage et harmonie du couple pour vous retrouver à travers ce moment de grande intimité.

**Questions, disponibilités, réservations :**

**Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [linstantbienetre58.fr](http://linstantbienetre58.fr)**



## *Faites-vous du bien !*

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



### **Massage Californien**

**1h - 60 €**

Ce massage harmonique est une approche globale qui vise autant la détente que l'éveil de la conscience. Il permet une profonde relaxation physique et psychique.

Ce massage utilise de longs mouvements d'effleurages doux, enveloppants, relaxants, lents et fluides. Les manœuvres s'enchaînent et s'intensifient pour soulager les tensions les plus profondes. Plus la personne massée s'abandonne à l'expérience, plus elle s'ouvre à ce que le massage californien qualifie de toucher du cœur.

Questions, disponibilités, réservations :

Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [linstantbienetre58.fr](http://linstantbienetre58.fr)





## Faites-vous du bien !

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○

### Massage facial

**1 h - 60 €**

Ce massage s'appuie sur les points énergétiques et réflexes du visage, du crâne, du cou, des épaules ainsi que du décolleté.

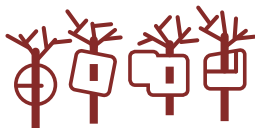
Ce travail peut amener les gens à se détendre émotionnellement et à lisser les pores de la peau. Il a pour effet principal d'éliminer les toxines et de stimuler la lymphe et la microcirculation.

C'est aussi une succession de mouvements entre la réflexologie "dien Cham", la vibration des quartz roses pour vous les femmes et la malachite pour vous les hommes.

Ce rituel vous aidera à retrouver le calme de votre mental, confiance en vous, douceur, amour et tendresse.



Questions, disponibilités, réservations :  
Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [instantbienetre58.fr](http://instantbienetre58.fr)



Les Galants  
Nids perchés



## Faites-vous du bien !

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○

### Massage corporel aux pierres chaudes

1h30 - 90 €

Composées de pierre de basalte naturel, les pierres chaudes accumulent la chaleur. Ce massage est avant tout un massage de bien-être visant à relâcher l'ensemble du corps en ouvrant les canaux d'énergies bloqués grâce à la chaleur des pierres.

Cette circulation d'énergie a pour effet de détendre immédiatement l'organisme en stimulant la circulation sanguine et lymphatique. Pendant le soin, une sensation de bien-être est vite ressentie et viendra chasser stress et tensions, qui libérera le corps des toxines et des ondes négatives.



Questions, disponibilités, réservations :  
Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [instantbienetre58.fr](http://instantbienetre58.fr)



## Faites-vous du bien !

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



### Coupe énergétique Trichothérapie®

**2h - 100 €**

Telle une fibre optique le cheveu est un capteur d'énergie (du jour, du soleil). C'est un capteur sensoriel et émotionnel. Chargés de stress, de toxines, les cheveux perdent leur éclat, leur vitalité. Le cheveu révèle l'humeur de la personne. Il est le premier à nous donner des nouvelles sur notre état de santé.

Par cette coupe vibratoire au Tanto (petit sabre), l'énergie circule plus librement. Elle devient interactive, une sensation de légèreté et de libération se vit et s'installe en soi.

Ce soin énergétique du cheveu agit sur la globalité de l'être.

Questions, disponibilités, réservations :

Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [linstantbienetre58.fr](http://linstantbienetre58.fr)



&



## *Faites-vous du bien !*

○○○ massages ○ nuits dans les arbres ○ spa ○ nature ○ bien-être ○ bonheur ○○○



### **Massage crânien "Shirodhara"**

**2h - 100 €**

Composé des mots sanskrit "shiro" (tête) et "dhara" (qui coule), le Shirodhara est une technique de thérapie traditionnelle ayurvédique qui consiste à verser doucement sur le front un filet d'huile de sésame tiède et à le laisser s'écouler dans la chevelure avant de procéder à un massage facial et crânien.

Ce rituel de relaxation intense fait baisser le niveau de stress, réduit le flot des pensées, les insomnies, le surmenage ainsi que la perte des cheveux.

Questions, disponibilités, réservations :

Cécile : 06 59 24 91 92 ○ [linstantbienetre58.fr](http://linstantbienetre58.fr)



## Faites-vous du bien !

o o o massages o nuits dans les arbres o spa o nature o bien-être o bonheur o o o

### Massage spécial corps "Rose Therapy"

2h - 120 €

"le Soin de la féminité"

C'est un massage corporel doux, enveloppant et réconfortant avec utilisation de quartz rose pour les femmes ou de Malachite pour les hommes, associé à l'huile essentielle de Rose ou de Vétiver.

Pierres et huile travaillent en synergie et ont, à eux deux, une forte puissance vibratoire. Celui-ci permet ainsi d'aller dans des sphères émotionnelles très profondes propices au renforcement de l'équilibre corps / esprit.

Ce massage est aussi une aide efficace en cas de tristesse, d'angoisse, de peine ou de tension nerveuse.



Questions, disponibilités, réservations :  
Cécile : 06 59 24 91 92 o [instantbienetre58.fr](http://instantbienetre58.fr)



&



Les Galants - 58310 Saint-Vérain  
**instantbienetre58.fr** ◦ 06 59 24 91 92 ◦ lbe-cv@orange.fr  
**lesgalants.fr** ◦ 06 60 71 56 57 ◦ contact@lesgalants.fr

### Se rendre aux Galants

A Saint-Vérain, prendre la D220 en direction d'Arquian.  
A 800 m après la sortie du village de Saint-Vérain, vous êtes arrivé.



## Nos Nids Perchés

A moins de 2 heures au sud de Paris, le Domaine des Galants est protégé par un écran d'arbres centenaires. C'est dans le bois des Galants que se trouvent nos quatres Nids Perchés.

Vous rêvez d'un séjour insolite en pleine nature ?  
Vous cherchez un Nid douillet, confortable été comme hiver ? Ne cherchez plus !



Prix pour deux personnes à partir de 140 €. Disponibilités et réservations sur notre site internet : **lesgalants.fr**