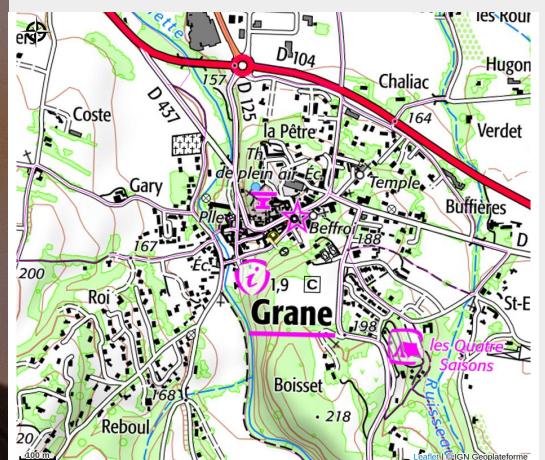


Anahata Ayurveda - Massages & Soins corps et visage



Crédit : Salomé LEBOT - Anahata Ayurveda (komorebi)



Des massages ayurvédiques à l'huile chaude pour se détendre, éliminer les toxines, et s'offrir un moment de (re)connexion à soi.

Drainage lymphatique et madérothérapie colombienne.

Nouveauté 2026 : le KOBIDO : le massage ancestral du visage japonais.

Infos pratiques

Catégorie : Pleine Nature

Description

Le massage ABHYANGA:

L'origine du mot nous vient du sanskrit « Abhy » : maintenant et « Anga » : répandre sur tout le corps. Il s'agit de nourrir le corps en profondeur par l'application d'huile chaude.

Il consiste en un enchaînement de plusieurs techniques harmonisant, réchauffant, détoxifiant et dynamisant le corps, suivi d'étirements qui dénouent les tensions. Il amène une profonde détente et relaxation. Le soin se termine par un massage de la tête.

Les corps subtils énergétiques sont pris en compte. L'ayurvédâ est une médecine holistique, l'esprit et le corps ne sont guère séparés.

C'est un soin enveloppant très profond qui apporte beaucoup d'ancrage.

Le drainage lymphatique brésilien est une technique de massage manuel qui vise à stimuler la circulation de la lymphe pour réduire temporairement les gonflements, améliorer la sensation de légèreté et favoriser la relaxation. Il se distingue par des mouvements rythmés, précis et plus fermes que le drainage classique, combinant pressions, pompes et lissages pour sculpter visuellement la silhouette.

Il est souvent recherché pour ses effets immédiats d'affaiblissement des tensions, de décongestion et de modelage, tout en offrant une profonde sensation de bien-être

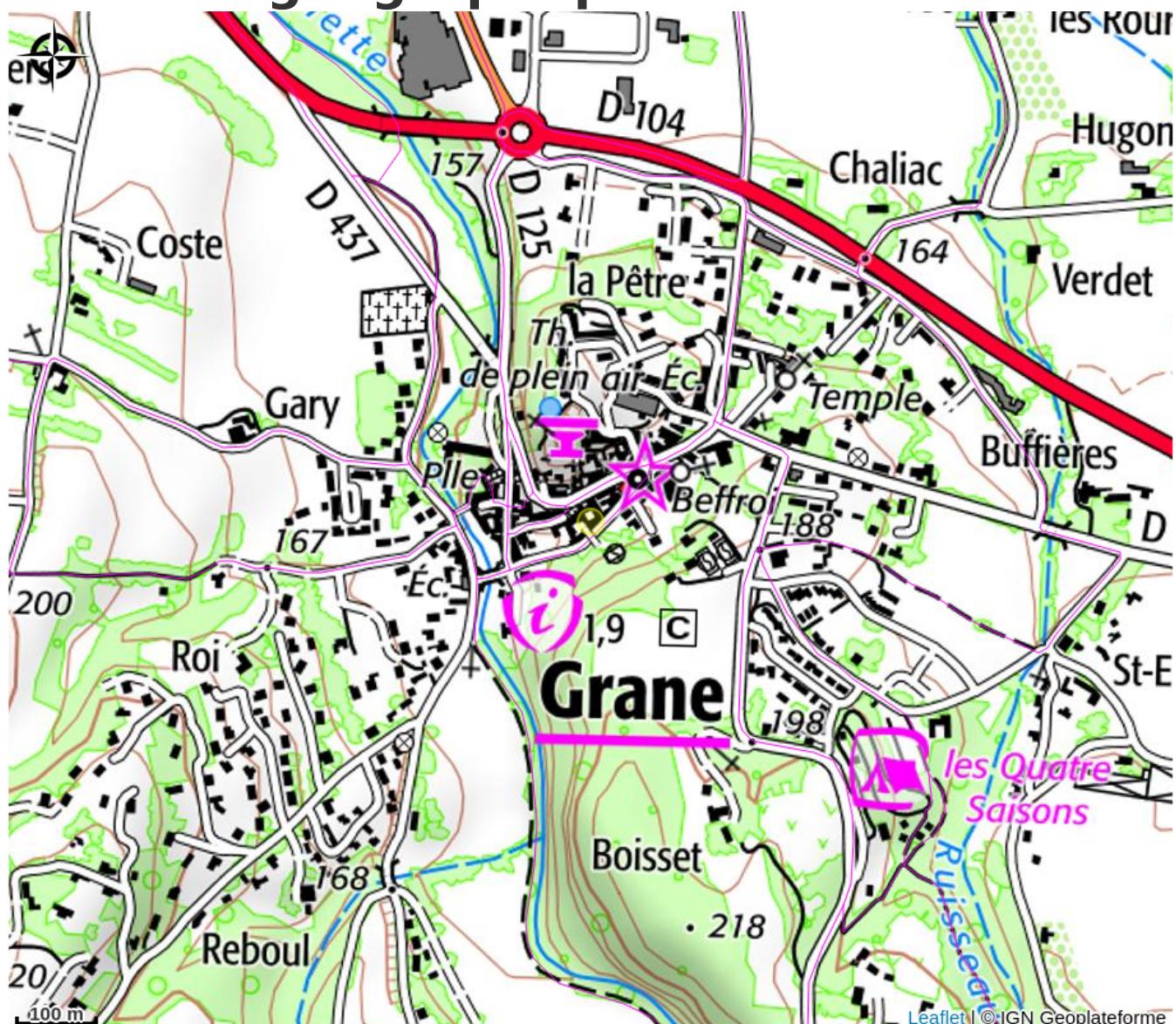
La madérothérapie est une technique de massage utilisant des outils en bois spécialement conçus (rouleaux, cups, champignons, etc.) pour stimuler la circulation, détendre les tensions musculaires et travailler les zones de rétention.

Grâce aux mouvements répétés et aux pressions ciblées, elle aide à tonifier, décongestionner, améliorer l'aspect de la peau et offrir une sensation de modelage corporel. Cette méthode est appréciée pour son côté naturel, non invasif et ses effets de bien-être immédiats.

Le Kobido est un massage facial japonais ancestral reconnu pour ses mouvements précis, rapides et alternés qui stimulent en profondeur les muscles du visage.

Cette technique combine lissages, pressions, percussions et drainages afin d'optimiser la circulation, détendre les tensions et raviver l'éclat naturel de la peau. Le Kobido est apprécié pour ses effets de lifting naturel, de relaxation profonde et de tonification du visage, tout en procurant une sensation de bien-être global.

Situation géographique



Toutes les informations pratiques

Informations pratiques

Ouverture:

Du 01/01 au 31/12/2026 le lundi, mardi et jeudi de 13h à 16h15. Le samedi de 9h à 17h.

!!! En congé maternité du 24/02/2026 au 31/08/2026 !!!

Reprise le 01 septembre 2026.

Tarifs:

Consulter le site internet pour connaitre les tarifs

Modes de paiement:

Chèque, Espèces, Virement

Fiche mise à jour par Office de Tourisme de la Vallée de la Drôme le 23/01/2026

Contact

5 D rue du Fossé

26400 Grane

Tél. 07 82 06 05 82

salomelebo@gmail.com

<http://anahata-drome-ayurveda.fr>