



L'Eau de Soie

Espace du Mieux-être 04.74.71.14.19

Sonothérapie

**Séances 1 heure 60€
30 min 40€**

La Sonothérapie ou massage par les sons est une technique jeune et ancienne à la fois. Elle permet une relaxation profonde et apporte un bien-être souvent indescriptible. Elle se pratique sur table ou au sol sur des futons.

Lors d'une séance de sonothérapie, nous utilisons entre autres la voix, des bols tibétains, des diapasons thérapeutiques ainsi que d'autres outils comme des bols en cristal, la lithothérapie (pierres et cristaux) ou aussi les parfums par l'aromathérapie.

Par leurs effets divers sur le métabolisme cellulaire, les organes ainsi que sur le cerveau, les sons et leurs vibrations vont permettre de soulager différents maux comme les migraines, les rhumatismes, les troubles digestifs, les troubles du sommeil, l'anxiété et aussi le stress.

Mais c'est avant tout un voyage vibratoire, nous amenant la possibilité privilégiée d'aller explorer l'espace d'une heure, son monde intérieur...