

SEANCES INDIVIDUELLES

Détente du corps

En entretien et pour soulager les tensions

Shiatsu - Réflexologie plantaire

Massages Thaï, Indonésien, Ayurvédique,

Pierres chaudes- Détente du dos ...

Séances de 20mn à 1h15 / Tarifs de 20€ à 60€



Physio énergétique

Gestion des émotions et rééquilibrage énergétique, un travail spécifique pour une meilleure compréhension des relations corps esprit

Shiatsu - Réflexologie plantaire- kinésiologie

Bioénergie - EFT - Fleurs de Bach

Séances de 1h30 / Tarif 60€

Conseils en hygiène alimentaire

Respecter son système digestif pour plus de vitalité

Séance de 1h / Tarif 45€

Autour de bébé

Le bien-être commence dès le plus jeune âge...

Massage spécial femmes enceintes (50€)

Atelier portage bébé en écharpe*

Apprentissage massage bébé*

*Cours collectifs ou individuels, tarifs nous contacter



ACTIVITES DE GROUPE

Marche nordique - Marche consciente

Relaxation - Auto massage(*)



Tarifs nous contacter ou sur le site de l'association

ATELIERS

Entretien des oreilles- Bougies Hopi (15€)

« Trucs et astuces » bio pour la maison (20€)

Bienfaits des jus de fruits et légumes bio (20€)

Connaître et utiliser :

Les Huiles Essentielles (20€)

Les Fleurs de Bach (20€)



STAGES

Initiation à l'EFT (1 jour 80€)

Initiation à l'énergétique (2 jours 160€)

Initiation au massage assis familial(*) (1 jour 80€)



(*) Activités associatives

Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique

NOTRE EQUIPE

Laurent GRIGNON

Praticien de SHIATSU et de AMMA

Praticien de Réflexologie plantaire douce

Initiateur et animateur de Marche nordique

Isabelle GRIGNON

Kinésiologue

Praticienne en Bioénergie

Praticienne et enseignante d'EFT

Conseils en Fleurs de Bach

Praticienne de massage aux pierres chaudes

et massage dos (Méthode Breuss)

Praticienne de AMMA - shiatsu assis

Vanessa MAURIN

Instructrice massages bébé

Monitrice portage en écharpe

Praticienne de AMMA - shiatsu assis

Praticienne en massage ayurvédique

Corinne THOMAS

Praticienne de massages Thaï et Indonésien,

Réflexologie plantaire Thaïe

Praticienne massage femmes enceintes

Praticienne de AMMA - shiatsu assis

Conseillère en alimentation saine

Praticiens formés à l'IFS, institut français de shiatsu,
IFR, institut français de réflexologie, Ecole corps mémoire,
Louise Gervais, AFMB, Réseau LANA, Xavier Court,
Miki school, CENATHO

UN ACCOMPAGNEMENT...

En prévention

Pour entretenir la vitalité et favoriser le maintien de l'équilibre organique

En soutien

Pour détendre le corps pendant les périodes médicalisées (*Sur avis médical*)

En convalescence

Pour détendre le corps, renforcer l'organisme, ce qui favorise le maintien de l'équilibre retrouvé.



Ces méthodes de Bien-être ne peuvent se substituer à des prescriptions ou des avis médicaux, elles ne peuvent en être qu'un complément.

POUR ENTRETENIR VOTRE VITALITE AU QUOTIDIEN

Deux structures

1 ASSOCIATION

AMBRE

Association Marcher vers le bien-être

Un objectif : *Promouvoir et diffuser des techniques de bien-être accessibles à tous.*

Propose des activités pour la mise en mouvement et l'éveil du corps.

Contact : 06.12.05.86.38

Site : www.association-ambre.info

2 CABINETS PROFESSIONNELS

Une équipe de praticiens formés aux techniques naturelles qui associent leurs compétences pour vous accompagner en séances personnalisées.

De la détente du corps....

..... à la physio énergétique

21 rue Berthereau
COULOMMIERS

Tel : 01.64.75.10.98

11 rue des filoirs
CHATEAU-THIERRY

Tel : 03.64.13.13.83

SUR RENDEZ-VOUS

Plus d'infos sur :

www.ambre-aucoeurdubienetre.com

AMBRE



Au cœur du bien-être

COACHING DE BIEN-ETRE

Un concept de retour au bien-être par les techniques naturelles articulé autour de séances ...

Détente du corps
Hygiène alimentaire
Activités physiques
Gestion des émotions
Physio - énergétique

...Pour devenir acteur de votre bien-être.

Coulommiers

Château-Thierry

