

Bonjour,

Je suis Sophie, je vous accueille dans mon institut au sein de l'hôtel PLEIN SUD, depuis plus de 15 ans.

Depuis mes études en école d'esthétique et ma formation en massage bien-être, ma passion pour ce métier est toujours aussi présente, je considère que sans cette passion je n'aurais pu apporter autant de bienfait et de mieux-être à mes clients(es).

Les massages que je pratique me viennent de nombreuses années d'enseignements et d'expérience, j'ai intégré les techniques, pour finalement m'en libérer pour aller au delà d'une simple chorégraphie sur le corps et les muscles et vous offrir un soin personnalisé, sur mesure par rapport à vos attentes de l'instant.

L'expérience de mes mains s'est accrue au toucher, au contact de plusieurs centaines de corps, elles possèdent une dimension plus subtile que je ne conscientise pas.

Avec le temps et l'expérience, le toucher s'affine et votre corps possède son propre langage, que je déchiffre.

Mes mains chauffent rapidement et je devine beaucoup de choses, c'est difficilement traductible car je ne peux l'expliquer avec des mots, mais le langage de votre corps se fait comprendre par les tensions, les postures, le souffle, bref votre énergie, mes mains ont une lecture qui leur est propre de la globalité de votre corps.

Hippocrate, à l'origine de notre médecine moderne, conseillait le bain aromatique et le massage parfumé pour l'entretien de la santé.

Ce qui m'a conduite à soigner beaucoup de paramètres et à personnaliser le soin. Je suis un intervenant du domaine du bien-être, mon travail est non thérapeutique.

Mon unique objectif, après vous avoir questionné avant le soin afin que vous m'indiquiez vos douleurs, vos habitudes, vos antécédents, vos préférences, est d'apporter de la détente à votre corps et à votre esprit, vous invitant au lâcher prise, et vous accompagner en vous même vers une zone sécurisante et agréable.

Autorisez-vous cette parenthèse, de suspendre le temps, autorisez-vous un instant pour reprendre votre souffle et vous recentrez en vous, dans votre planning effréné de parent, d'actif, d'ÊTRE. Votre stress va redescendre. Tous les mois vous choisissez un moment pour recevoir de manière régulière votre massage, ou un par trimestre vous en ressentirez les effets bénéfiques, assurément.

D'autres techniques de percussion et d'étirements sont venues d'autres continents enrichir mes connaissances et ma pratique pour finir par l'étude des rites polynésiens. Nous pourrions en parler des heures, je reste humble devant ces techniques que mon métier me permet d'aborder, je crois que j'apprendrai jusqu'à mon dernier souffle. Je mets un point d'honneur à vous offrir du sur mesure, un bref entretien en début de séance me permet de cerner vos attentes, vos besoins.

Sophie.L

Esthéticienne - Cosméticienne certifiée en 1989

Experte en massage bien-être, réflexologie plantaire et drainage lymphatique manuel...

Experte en soin visage et massage visage

Formée au massage sportif