

## tarifs des services :

ABHYANGA : 55 €

VISHESH : 55 €

SHIRODHARA : 60 €

PANCHAMAHABUTA : 55 €

PADABHYANGA : 35 €

KANSU : 35 €

MARDANAM : 35 €

*Les associations :*

Modelage du corps + Shirodhara : 95 €

Modelage des pieds + Shirodhara : 75 €

Soin des yeux + Shirodhara : 75 €

Soin des yeux + modelage des pieds 50€

PADABHYANGA / KANSU : 50 €

*Les soins spécifiques.*

NETRA TARPANA : 35 €

Les soins aux tampons.

Navarakiri : 80 €

Kottamchukkadi kiri : 40 €



Pascal VÉTELÉ

Éducateur de santé en Ayurvéd

Praticien, reconnu et adhérent à l'association  
des professionnels de l'Ayurvéd en France.

Formations : au Centre Ayurvédique PREMA

à ERMONT - 95120 -

Soins ayurvédiques

02 41 73 32 94

06 87 46 50 22

28 rue Raoul PONCHON

ANGERS

Site : [soinsayurvedic.over-blog.com](http://soinsayurvedic.over-blog.com)

Siret : 48309990900010

Ne pas jeter sur la voie publique

# AYURVEDA

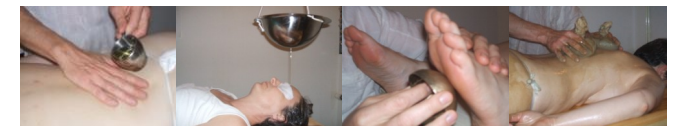
La Science de la vie  
L'art du bien-être,  
issu de la  
tradition de l'Inde



Ouvre toi au  
Potentiel d'un  
Mieux-être par  
l'Ayurvéd

Centre Ayurvedic Bhakti

Angers - 02 41 73 32 94



# AYURVEDA :

## La science de la vie.

Ayurvéda est un mot sanskrit qui veut dire  
'Science de la vie'.

Ayur : signifie vie

Véda : signifie science ou  
connaissance.

L'ayurvéda est la plus ancienne méthode  
de soins du monde.

C'est une science global qui s'est  
développée en Inde il y a plus de 5000  
ans.

Elle considère les trois aspects  
humain ( corps esprit âme) comme une en-  
tité unique.

Elle conduit l'humanité à adopter une ap-  
proche naturelle en créant un équilibre, en  
renforçant les possibilités naturelles que le  
corps a pour se soigner.

C'est essentiellement un mode de vie qui  
inclus un régime sain, des  
remèdes aux plantes naturelles, de l'exer-  
cice physique et de la méditation.

Prise de pouls.  
Conseils en diététique et  
en hygiène de vie  
selon l'ayurvéda

## MODELAGE ET SOINS CORPORELS AYURVEDIQUES

**ABHYANGA** : (Soin du corps)

Application douce aux huiles Ayurvédiques tièdes,  
enveloppant l'ensemble du corps.

Il détend profondément, a des effets sur la fati-  
gue, le stress, le sommeil, draine les toxines, dé-  
contracte la musculature, les articulations, libère les  
tensions et régule le flux d'énergie dans le corps...

**VISHESH** : Modelage tonique de l'ensemble  
du corps pour une libération des tensions physiques  
les plus profondes. Très approprié pour les spor-  
tifs.

**SHIRODHARA** : Modelage de la tête avec  
l'écoulement d'un filet d'huile tiède sur le front.  
Excellent pour une profonde détente par lâcher  
prise du mental.

**PADABHYANGA** : (soin modelage des pieds  
avec les mains).

Application d'huiles tièdes, enveloppant l'ensemble  
des pieds.

Il détend profondément, amène une résonance  
dans l'ensemble du corps et du mental. Il assouplit  
les articulations des pieds

En été, un complément de soin permet de drainer  
les excès de chaleur du corps.

**KANSU** : (Soin modelage des pieds avec un bol)

Application au ghee, associé au modelage au bol  
(panchaloha) en 5 métaux. Véritable alchimie ra-  
fraîchissante pour le corps. Soin aidant le mental à  
lâcher prise.

**PANCHAMAHABUTA** : (modelage des 5  
éléments)

Soin modelage sur l'ensemble du corps incorporant  
la qualité de la terre, de l'eau, du feu, de l'air et  
de l'éther.

**MARDANAM** : modelage pression sans huile,  
sur le corps habillé. Stimule le corps et lui redonne  
de la densité .

Autres soins :

### SOINS AUX TAMPONS

**Navarakiri** : Soin avec des tampons de riz  
avec du lait et une décoction de plantes. Soin  
nourrissant le corps, recommandé pour les pro-  
blèmes articulaires ou la fatigue musculaire.  
Idéal sur une cure de trois jours.

**Kottamchukkadi kiri** : Soin avec un tam-  
pon très spécifique à base de plantes ayurvédi-  
ques.

Recommandé pour les douleurs et contractures  
musculaires intenses. Idéal en cure de trois jours.

### NETRA TARPANA

Offrir un modelage ayurvédique

Bons cadeaux : 50€ à retirer sur place.

« Le corps est un vêtement sacré,  
vous entrez dans la vie avec  
et vous la quittez avec  
il devrait être traité avec respect. »

Martha Graham

