

SOINS ET BIEN – ETRE



Institut de Beauté

Effet poudré

1 bis rue A de Béhague

tel : 06-58-94-25-41

Ouverture :

Du mardi au vendredi :

De 9h30 à 12h / 14h à 19h

Samedi : De 9h30 à 12 h / 14h à 17h

<i>Épilations</i>			
FEMMES		HOMMES	
Sourcils	9 €	Sourcils	10 €
Lèvres ou menton	8 €	Barbe	10 €
Visage	23 €	Aisselles	12 €
1/2 jambes	16 €	Dos	16 €
Jambes entières	22 €	Torse	18 €
Cuisses	12 €	1/2 jambes	18 €
Aisselles	11 €	Jambes entières	25 €
Maillot simple	11 €	Cuisses	15 €
Maillot échancré	18 €		
Maillot intégral	22 €		
Bras	15 €		
Ventre	8 €		
<i>Ongles</i>			
Pose complète gel avec extensions	45 €		
Pose complète gel sur ongles naturels	42 €		
Remplissage (après 3 à 4 semaines)	37 €		
Dépose complète gel	20 €		
Pose vernis semi-permanent couleur	22 €		
Pose vernis semi-permanent french	25 €		
Dépose + repose semi-permanent couleur (après 2 à 3 semaines)	28 €		
Dépose + repose semi-permanent french (après 2 à 3 semaines)	30 €		
Dépose complète semi-permanent	14 €		
Fantaisies (par ongle)	1 €		
<i>Soins des mains et des pieds</i>			
Beauté des mains	25 €	Beauté des pieds	30 €
Pose de vernis	8 €	Pose de french	12 €
Fantaisies (par ongle)	1 €	Gommage + Masque	15 €

Ostéopathe

Arnaud Chenuet

9, rue Nationale

tel : 07-81-38-32-06

Ouverture :

Sur rendez-vous <https://www.doctolib.fr/osteopathe/dampierre-en-burly/arnaud-chenuet>

Massages thaï traditionnels

Sawatdi Nuad Thai

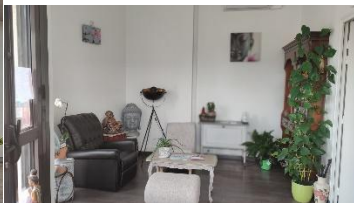
9 route Nationale

tel : 06-72-05-53-59

Site internet : <https://pb45forum.wixsite.com/sawatdinuadthai2015>

<https://sawatdi-nuad-thai.monsite-orange.fr>

sawatdi.nuad.thai@orange.fr **TARIFS :** sur demande **Ouverture :** Sur rendez-vous



Relaxation

Virginie Devert

1 quater, chemin du grand Moulin

tel : 06-51-35-06-14

Mail: virginierelaxation@free.fr

Ouverture :

Sur rendez-vous

Soins énergétiques, Coach Burn Out : L'Univers d'Amélie

Pratique de soin énergétique pour soulager vos maux afin de retrouver vitalité et sérénité

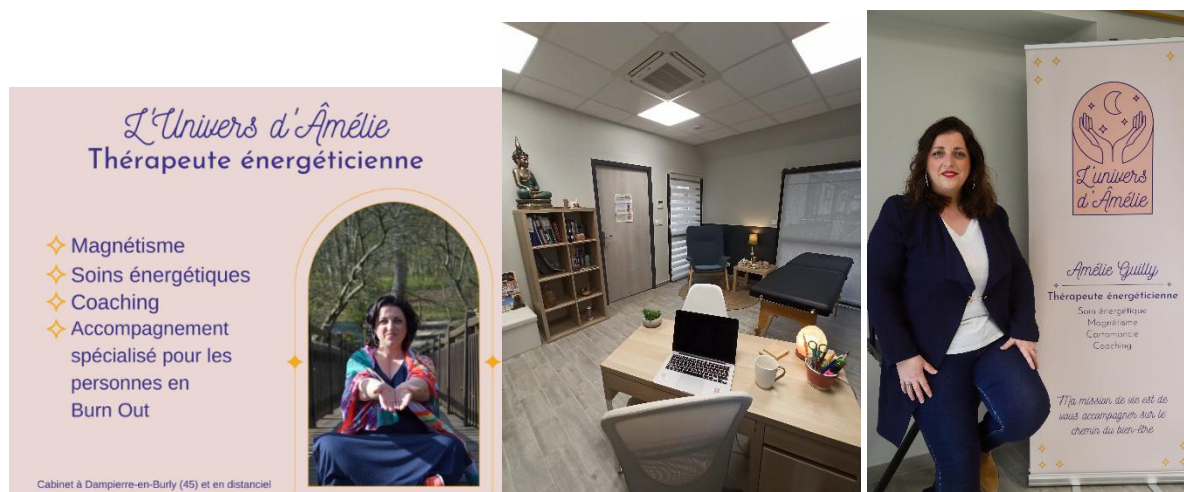
Thérapeute énergétique, je pratique des soins énergétiques et du coaching holistique. J'allie mes 2 pratiques l'énergétique et le coaching pour régler vos problématiques personnelles, familiales et professionnelles. Je vous accueille sur rendez vous à mon cabinet le lundi mardi jeudi et vendredi de 10h à 18h et le samedi et le mercredi de 10h à 13h. Au plaisir de vous accompagner sur votre chemin de vie. Énergétiquement, Amélie Guilly"

 Via mon agenda en ligne sur ma page Facebook [L'Univers d'Amélie](#)

 au 07 49 85 50 62

 luniversdamelie2.0@gmail.com

1c rue Nationale du lundi au samedi sur RDV



<https://www.facebook.com/universamelie>

SOPHROLOGUE : Bulles de Sophro



Bulles de Sophro
Blandine BERTRAND
Sophrologue
CERTIFIÉE RNCP

"Soigne ton cerveau,
et ton cerveau prendra soin de ton existence.
Soigne ton cœur, et ton cœur prendra soin de ta vie".
Alphonso Caycedo.

Accompagnement en sophrologie
Enfants • Adolescents • Adultes
Séances individuelles • Atelier de groupe

✉ bullesdesophro.bertrand@gmail.com
☎ **06 21 49 32 06**

QR code with "Scan me" text

Je vous reçois sur rendez-vous :

5 passages du point du jour à Dampierre-en-Burly.
06-21-49-32-06



Bulles de Sophro
Blandine BERTRAND
Sophrologue
CERTIFIÉE RNCP

Séances Adultes, Enfants
et Adolescents.
Sur Rendez-Vous au
06-21-49-32-06

Cabinet de Sophrologie
5 passages du point du jour
45570 Dampierre-en-Burly

<https://www.facebook.com/bulles.desophro.3>

BENOU YOGA

Benou
Yoga



Qui suis-je



Je m'appelle Tina, professeure de Yoga Vinyasa certifiée, formée par l'école Ayu yoga School (Paris-Normandie), j'ai pu y affiner mes connaissances anatomiques, historiques ainsi que mon approche pédagogique.

Je pratique le yoga depuis 5 ans, et je souhaite aujourd'hui vous accompagner dans la découverte et l'épanouissement de vos pratiques.

Au travers d'exercices de postures (Vinyasa) de respiration (pranayama) et de méditation.

Tarification 2023/2024

- Séance d'1h15 à l'unité sur inscription : 10€
- Abonnement mensuel (1 séance/semaine) : 35€
- Intervention pour événement : sur devis
- Cours particulier : 20€

Ce que je vous propose

Un accueil chaleureux dans un lieu atypique en pleine nature sur le domaine des "cabanes de Noues", hébergement insolites situé à dampierre-en-burly (45)

aux beaux jours au bord de l'eau en extérieur et en indoor des l'arrivée de l'automne. Cours en petit comité (6 personnes maximum).

Je peux également me déplacer pour vos événements professionnels ou privés (mariage, séminaire...)

*tapis et blocs fournis. Prévoir un plaid et une tenue confortable.

Le yoga Vinyasa

C'est un enchaînement de postures dans un rythme plus ou moins dynamique, avec pour objectif de lier la respiration au mouvement en pleine conscience.

Le yoga vinyasa permet une liberté de création des séquences et de l'adapter aux élèves présents avec une approche évolutive.

Il est accessible à tous, n'a pas de niveau ni de prérequis exigé.

Il réclame surtout l'écoute de soi. Cette pratique permet d'améliorer la tonicité, la souplesse, la conscience de la respiration et du mouvement dans l'espace, ainsi qu'un apaisement général du corps et des perturbations de l'esprit.

"la posture consiste à être fermement
établi dans un espace confortable
et heureux"

Y.S de Patanjali



Nouvelle activité dans votre centre

Découvrez le Yoga avec Tina
le lundi à 20h15
le mercredi à 09h00
Séance d'une heure

10€ Tarif Abonné
15€ Tarif Non-Abonné

LES RENDEZ-VOUS DE
Benou
YOGA

LE LUNDI
18H30, LES CABANES DE NOUES, DAMPIERRE

LE LUNDI
20H15, PISCINE VAL D'OREANE, DAMPIERRE

LE MERCREDI
9H00, PISCINE VAL D'OREANE, DAMPIERRE

LE MERCREDI
18H30, LES CABANES DE NOUES, DAMPIERRE

PENSEZ À VOUS INSCRIRE

https://www.instagram.com/benou_yoga/

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61555810744513>

SKIN CARE

Mousse nettoyante

Exfoliant

Masque

SEYTU

CUIDA TU BELLEZA

Crème jour / nuit

20 €

Tel : 0601074883

« SEYTU est une ligne de soins cosmétiques et du visage liée au soin de l'environnement, à la création de produits Sans paraben Végétaliens Sans cruauté envers les animaux Hypoallergique Biodégradable Nos formules contiennent des ingrédients actifs anti-âge, des extraits d'origine végétale »

Distributeur Indépendant



Tel : 0601074883

SEYTU

**Judith
Jasmain**

Vendeur Indépendant

0601074883 | jodie0111@hotmail.com