

Les Soins de Magali & Yoga

Coach de santé et de bien-être



Formée à des techniques de relaxations ancestrales dans des écoles renommées de plusieurs coins du monde.

Magali, Praticienne de Zen Shiatsu et de massage Thaï traditionnel, Thérapeute en énergétique Chinoise et Enseignante certifiée de Yoga Prana Vinyasa, vous accompagne dans votre recherche de bien "Être".

Magali's treatment & Yoga

Magali has trained in ancient relaxation techniques at different well-known schools around the world.

She is a fully qualified postgraduate Zen Shiatsu and Thaï massage practitioner, a traditional Chinese medicine specialist and a Prana Vinyasa Yoga teacher. She focuses on the unique experience to suit your personal needs in the comfort of your home.

Fully Qualified as a life coach from the International Institute of Coaching in Geneva, Magali is becoming an expert in integrating Ancients Healing wisdoms and her daily apprenticeship with Nature and the sacred Alchemy of the Elements. I sustain you with openness and without judgments to help you reveal your unique potential: encouraging you to simply find your true Nature.

“Je privilégie l’expérience unique, intuitive qui correspond à vos besoins les plus profonds. Je fais de votre détente une expérience sur-mesure dans le confort de votre chez vous.”

Également certifiée comme coach de vie par l’institut de Coaching international de Genève, j’intègre avec confiance les enseignements des sagesse ancestrales et ceux que je puise chaque jour intuitivement dans la nature et dans l’Alchimie des 5 éléments.

J’accompagne l’autre sans jugement avec un degré d’ouverture qui lui permet d’être lui-même et de révéler sa fréquence unique, ce qu’il est venu offrir au monde tout simplement.



**Me déplace en clientèle. Prestation à domicile.
Accompagnement Yoga et développement personnel aussi possible en ligne sur ma chaîne YouTube Vibrefluidessence.**

**Home-visit professional Massage/Yoga/Coaching service
Yoga & self development coaching session also available on my YouTube chain Vibrefluidessence.**

Contact : + 33 (0)6 37 44 38 36

Les modelages du monde et d'Ailleurs

World treatments

Les Modelages spécifiques (Short treatments) : 40 min | 55 min

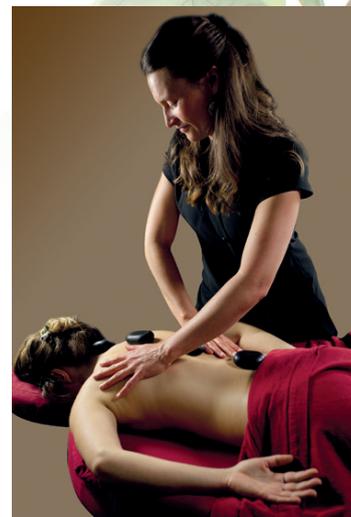
- **Soin visage Ki** : massage énergétique et acupression anti-âge visage, tête, nuque, trapèzes.
Ki facial / natural face lift with acupressure, stretches and massage of neck and shoulders.
- **Énergisant du Dos** : soin profond, acupression et mobilisations du Zen Shiatsu.
Energising back treatment / back, shoulders and cranial regions working with a strong penetrating touch into the knots.
- **Énergisant des Jambes** : soin « récupération », tonique, drainant et circulatoire.
Energising Leg treatment/ tonic, warming and circulatory deep tissue work on the legs.
- **Réflexologie Japonaise** : Massage et acupression sur points réflexes pieds/chevilles pour mieux respirer, dormir et digérer.
Foot Japanese reflexology/Relaxing, balancing and uplifting foot acupressure to breath, sleep and digest better.

Soins au touché fluide et pression douce

Fluid touch and softer pressure treatments

55 min | 1 h 15

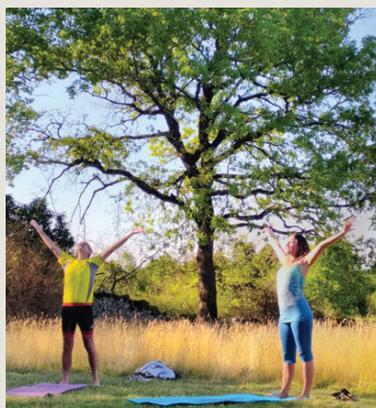
- **Zen Shiatsu*** : Harmonisation énergétique japonaise par pressions douces et mobilisations pour rétablir la circulation de l'énergie vitale et favoriser un mieux-être.
Zen Shiatsu/ traditional hands-on japanese healing therapy that treat the person as a whole being.
- **Relaxant Extrême** : massage très enveloppant qui libère tensions physiques et mentales, retour à soi en douceur.
Thai Aroma Oil treatment/ gentle and soothing massage, a must for relaxation.
- **Yin & Yang** : soin rééquilibrant. Puissant sur le dos pour dénouer les tensions & régénérant sur le ventre.
Yin & Yang Massage/ Yang, powerful and dynamic touch spreading out tensions on the back and increasing circulation, Yin integrative and nourishing work on the front.
- **Ressourçant Femme Enceinte**: soin enveloppant proche du cocooning, toucher fluide et circulatoire sur les jambes, doux et décontractant sur le dos, ressourçant sur le visage.
Nourishing treatment for mother to be / comfy experience, circulatory on the legs, releasing on the back and nourishing on the face.
- **Reiki*** : Soin énergétique japonais par impositions des mains qui rééquilibre votre champ vibratoire et stimule la capacité d'auto-guérison naturelle.
Energetic Reiki treatment/ not a massage, energy work that releases pain and provides peace of mind.



Soins profonds et sportifs, pression moyenne à forte Deep tissue, medium to strong pressure Treatments

55 min | 1 h 15

- **Revitalisant Ayurvédique** : massage tonique Indien, fluide, rythmé pour dénouer les tensions musculaires, redonne énergie et vitalité.
Enlivening Ayurvedic treatment/ tonic, warming and muscular massage to enhance vitality .
- **Soin Tuina** : massage Chinois profond et appuyé par stimulation énergétique des zones réflexes du corps avec baume chinois mentholé, essentiellement sur le dos.
Harmonizing Chinese Tuina/ deep massage on the reflex zones of the body with a chinese balm.
- **Soin profond Japonais** : forte pression, alternant massage des tissus profonds et étirements divers.
Japanese treatment/ deep tissue massage and stretches.
- **Soin Thaï Traditionnel*** : étirements assez physiques proches du yoga et stimulation des points de pressions des pieds à la tête pour se libérer des émotions négatives.
Thaï massage Wat po style/ strong stretches like yoga and acupressure points stimulation from head to toes to free yourself from negative emotions.
- **Soin Amérindien aux Pierres Chaudes** : lâcher-prise par la chaleur grâce aux passages successifs de galets de basaltes, détoxifiant et ressourçant.
Intuitive Hot Stone treatment / detoxifying, nourishing, increasing the blood flow and deeply relaxing muscle tensions.
- **Évasion Personnalisée** : fusion d'étirements poussés du massage Thaï, pressions lentes et pénétrantes du Zen Shiatsu, modelage fluide et profond avec les pierres chaudes amérindiennes.
Pure Bliss/a fusion of the strong penetrating Shiatsu pressure, the deep stretches of Thaï massage and the warming effect of hot stone therapy.



Organisatrice de séjours "coaching nature", entre Lot et Savoie, je voyage et vous accompagne au rythme des saisons pour trouver stabilité et présence au sein des cycles naturels. Séjours sportifs de développement personnel en pleine nature.



Sport and personal development packages in natural surroundings

**+ d'infos par mail : contact@sejour-coaching-nature.fr
ou par texto 06 37 44 38 36**



Yoga Voyageur : le yoga que j'enseigne s'invite sur un rocher, au bord du lac, le long de la rivière, dans l'herbe, pieds nus, sur la neige, au fil du sentier, sous un arbre... C'est un yoga qui rassemble, qui aide à se comprendre et à s'écouter dans la LIBERTÉ d'être soi-même, sans filtre et sans masque.

Yoga Everywhere : the Yoga I teach can travel from a solid rock, along the river, on the grass, in the snow, bare foot, under a tree... A Yoga that tends to bring things together, that enhances understandings and a capacity to listen meanwhile we experience the FREEDOM to truly be ourselves with no filters or masks.

Infos festival/ateliers/cours sur les pages Facebook Yoga Meribel et Connecte en Quercy
Like the facebook pages Yoga Meribel and Connecte en Quercy:

- Festival "Les arts de la relaxation"
- Yoga des lunes, solstices & équinoxes / Full and New moon workshops
- Atelier de Yoga à deux / Partner & Acroyoga
- Cercle de femme / Women circle
- Yoga enfant et Conte/ Family yoga and story telling.

Toute annulation de dernière minute vous sera facturée, vous pouvez modifier votre réservation dans un délai de 72h avant votre rendez-vous.

You may change or cancel your booking up to 72 hours before the same booking.

Any last minute cancellations will be charged at the full rate.



Venez découvrir notre dernière création :
le Mas du Cairn, chambres d'hôtes insolites.

Come and meet me on our last creation:

Mas du Cairn, Unusual guests rooms

www.masducairn.fr

+ 33 (0)6 37 44 38 36 - www.sejour-coaching-nature.fr