



Bonjour à tous

Je vous propose une Cure de Massages Ayurvédiques et Soins tibétains en Ariège du lundi 15 au Vendredi 19 Février 2021.

Joignez l'utile à l'agréable en vous libérant du stress, nettoyez vos mémoires cristallisées dans vos cellules afin d'éviter le développement de maladies et vous détendre profondément dans un lieu confortable et chaud au gîte de Marbois dans l'Ariège... à 1h de Toulouse environ.

*MASSAGES Ayurvédiques:

Ces pratiques basées sur la science des chakras et la sagesse védique apportent bien-être et sérénité pour une amélioration globale de la santé. De plus, ils permettent de libérer des mémoires cristallisées dans nos cellules tout en se reconnectant progressivement à notre être.

Les bienfaits : Ils améliorent la circulation sanguine et lymphatique, participent à l'élimination des toxines, des tensions, de la fatigue physique et nerveuse, ils calment le mental...

Ils tonifient les muscles, assouplissent les articulations, adoucissent la peau, aident à une meilleure gestion du stress et des émotions. Ils améliorent la concentration et ralentissent le vieillissement.

Enfin, ils détendent profondément !

L'Abhyanga : Massage de l'ensemble du corps aux huiles Bio et plantes médicinales anti- stress. Il fait partie intégrante de la médecine Ayurvédique.

Le Kansu : massage des pieds au bol , il stimule tous les organes du corps. Ce massage permet de réguler l'élément feu dans le corps, soit en l'augmentant, soit en le diminuant selon le besoin. inclus

Le Shirotchampi : est un des massages de la tête très efficace et le plus utilisé dans les familles indiennes, il sera en partie inclus dans le massage complet du corps lors de la cure.

Le Shirodhara: Excellent soin spécifique de la tête : pendant 40 minutes une huile spécifique coule en balancement doux sur AJNA(le troisième œil) sur le front et la tête puis 15 minutes de massage du visage, surtout du crâne et au besoin un peu le haut du dos. Excellent soin pour lâcher le mental, abandonner les soucis et réparer les problèmes de sommeil et d'anxiété en général, équilibre le cerveau droit et gauche , excellent pour les pbs O.R.L. et traite en profondeur les désordres des maladies neurologiques(éviter AVC Stop,per le développement des symptômes d'un Parkinson. etc.... Il sera précédé d'un long massage du dos et du crâne.



*SOINS Tibétains: selon la tradition de la médecine tibétaine, le matin: analyse d'urine récupérée à jeun et selon le diagnostic des déséquilibres énergétiques trouvés, les massages et soins sont adaptés: en utilisant soit des Horne (petit pochons avec épices ou plantes trempés dans l'huile chaude et appliqués sur des points médicaux, soit soin avec de la Tsampa (galette chaude à base de farine d'orge grillée appliquée sur des zones stratégiques puis massage avec cette Tsampa, chauffe et régénère les reins...) Aiguille d'or au besoin... Vous pourrez également

Le Coût: pour les soins énergétiques massages et autres:

Un forfait de 90€ par jour incluant environ 2 h voir 2h30 de soins quotidiens (massages tous les jours + soins inclus aux massages) environ par personne : inclus le massage à la Tsampa ou les horne etc tous les soins supplémentaires et ingrédients huiles plantes utilisées et le temps que ça met à les préparer, seul supplément de 10€ pour le Shirodhara (frais d'huile très spécifique.)

Donc 90€ x 5 jours = 450€ + 10€ = 460€ *Inscription: un chèque de 250€ + l'Adhésion à l'association 15€ l'année à l'ordre TYKA TOUCAN (ou virement possible) à me faire passer validera votre réservation.

Hébergement: en Pension complète au [Gîte de Marbois](#) (participation frais divers incluse: location de salle de soin etc...)= 330€

Chaque jour je mettrai à disposition du Thé Tibétain médicinal maison qui réchauffe et stimule la circulation ...)

Repas chauds végétariens pour faciliter l'élimination des toxines pendant cette cure. Chambres confortables afin de bien se reposer: le lieu en pleine nature est propice au repos et à respirer le bon air, de belles balades sont possibles c'est très joli ! Il est temps de s'inscrire! merci à ceux qui

feront passer l'info autour d'eux !

Namaste



Lokah Samastah Sukhino Bhavantu!
OM SHANTI SHANTI SHANTI

Que tous les être de tous les mondes soient heureux!

Lumière, PAIX, PAIX, PAIX,



Kathy Bertrand,  [Tyka-Toucan.fr/blog/](https://tyka-toucan.fr/blog/)

0613068845 / cie.tyka.toucan@gmail.com

