



ATELIER REFLEX & SENS

Accompagnement Bien-être
Prévention et Gestion du stress

Vous continuez à tout gérer...

Et si vous vous accordiez
un temps pour souffler ?

La journée est finie, mais votre tête continue.
Vous aimeriez vous poser, sans y parvenir.

Marie Dussart

Relaxologue - Réflexologue

Prévention et gestion du stress à Bordeaux-Lac

Première rencontre

80 € · 1 h 30

Écoute, pratique adaptée et temps de retour

À l'unité, en suivi ou dans un parcours de cinq rendez-vous

Réserver : atelierreflexetsens.com

07 56 86 17 03

12 cours de Québec · Bâtiment B · 33300 Bordeaux

Quand le corps continue de tenir



Votre rythme, votre pause

Une ou plusieurs techniques, adaptées à vous dans chaque format.

Première rencontre

80 €

Un échange pour faire le point, puis une pratique adaptée à votre confort.

1 h 30

Séance de suivi

70 €

Après la première rencontre, pour revenir ponctuellement ou régulièrement.

1 h 15

Retour à l'équilibre

350 €

Des pauses rapprochées lorsque le stress prend de la place, avec un point au fil des rencontres. **5 rendez-vous au total**

1 première rencontre de 1 h 30 + 4 suivis de 1 h 15

Environ tous les 15 jours, rythme ajusté ensemble.

Première incluse. Déjà réglée à 80 € ? Il reste 270 €.

Parenthèse prolongée

95 €

Réflexologie combinée : davantage de temps sur deux zones complémentaires.

Après une première rencontre.

1 h 45

Séance adaptée

45 €

Enfants, adolescents, personnes âgées ou fragilisées : durée et gestes ajustés.

30 à 45 min

Réserver votre première rencontre

atelierreflexetsens.com · 07 56 86 17 03

12 cours de Québec · Bâtiment B · 33300 Bordeaux

Durées totales : échange, pratique et retour compris. Plusieurs techniques peuvent être associées sans supplément ; la Parenthèse ajoute du temps.

Accompagnement de bien-être, sans diagnostic, qui ne remplace pas un suivi ou un traitement médical.