

# Soins ayurvédiques



# Soins ayurvédiques sur rendez-vous

## ABHYANGA

Massage indien du corps avec des huiles ayurvédiques.  
Il harmonise et renforce la vitalité (50 mn)

75 €

## UDVARTANA

Modelage tonique du corps avec un mélange de farine de pois chiches et de plantes ayurvédiques. Ce soin nettoie la peau en profondeur et affine la silhouette (45 mn)

85 €

## MARMA TCHIKITSA

Abhyanga avec stimulation des marmas ( points clefs ) et des chakras (centres énergétiques) (60 mn)

120 €

## ABHYANGA / TAN ABHYANGA

Massage de réjuvenation (90 mn)

130 €

## AUTOUR DE LA NAISSANCE

Massage préconception , prénatal ou postnatal (50 mn)  
Atelier Shantala (pour bébés à partir 1 mois)

85 €

50 €

## COURS PARTICULIER

Hatha yoga (60 mn)

60 €

Hatha yoga femme enceinte (60 mn)

60 €

Yoga des yeux (60 mn)

60 €

## ENTRETIENS

Conseils en alimentation et en soins ayurvédiques (45mn)

55 €

Fleurs de Bach (avec préparation)

50 €

## KANSU ®

Massage indien de la plante des pieds avec un bol en bronze.  
Ce soin équilibre l'élément Feu, apporte une détente très profonde de tout le corps et régularise le sommeil (45 mn)

50 €

## REFLEXOLOGIE PLANTAIRE.

Stimulation des points réflexes des pieds (50 mn)

65 €

## PADABHYANGA

Réflexologie plantaire ayurvédique et massage des pieds selon les doshas (la constitution) (80 mn)

95 €

## SOINS POUR L'AMÉLIORATION DE LA VUE

Massage du visage, du dos et Kansu ® (50 mn)

70 €

## SAUNDARYA (SOINS DU VISAGE)

Nettoyage de peau, modelage du visage, du cou, des épaules et masque avec des huiles et des plantes ayurvédiques (45 mn)

60 €

## SHIRCHAMPI

Massage de la tête et du visage avec des huiles ayurvédiques (45 mn)

55 €

₤

## REFLEXOLOGIE FACIALE (25mn)

25 €

*Carte fidélité : 8<sup>ème</sup> Abhyanga offert après 7 Abhyangas.  
Pour les fêtes, pour un anniversaire ou tout simplement pour une découverte, pensez au chèque cadeau massage !*

Par respect pour le thérapeute, tout rendez-vous non décommandé 24h à l'avance est dû pour moitié.

Merci de laisser vos bijoux de valeur à votre domicile

Pour une plus grande efficacité, les grands soins  
PICHAULI, SHIRODHARA et SHASTIPINDASWEDA ne sont pratiqués  
que dans le cadre d'une mini-cure ou d'une cure

## Centres agréés et partenaires

### ATLANTIDE

Huguette Declercq

Formation ayurvéda massage  
16, rue Bois Paris – 1380 Lasne  
BELGIQUE  
Tél : +00.32.2.633.12.66  
www.atlantideasbl.org

### HRIDAYA

Doris Schurch

Treiten strasse 2  
CH - 2578 Brüttelen SUISSE  
Tél: + 41 (0) 79 312 88 34

### AYUSH

Marlyse Grossenbacher

Chemin des Mamins 92  
2520 La Neuveville SUISSE  
Tél : + 41 (0) 78 758 45 42  
www.ayush.ch

### ANANDA

Hervé Dinon

18, rue Victoire américaine  
33000 Bordeaux  
Tél: 06 30 18 12 55  
anandaji@orange.fr

## Nos collaborations en Inde

C.G.H. Earth - Kerala : pour une cure ayurvédique à Spice Village ou Kalari Kovilakom [www.cghearth.com](http://www.cghearth.com)

La liste des anciens élèves possédant la licence Tapovan est disponible sur notre site internet: [www.tapovan.com](http://www.tapovan.com)

### Tapovan Paris

vous accueille dans son espace librairie - salon de thé, son espace massagedetraditionayurvédique, ainsi que pour l'enseignement du yoga et ses diverses formations et autres disciplines.



### Tapovan Normandie

vous accueille pour une cure ayurvédique, un stage ou une formation. Le lieu est situé à 4km des falaises du pays de Caux

et à 12 km de Fécamp. Il bénéficie à la fois de l'atmosphère calme et reposante de la campagne et de l'influence vivifiante du bord de mer, à deux pas de la plage des Petites Dalles où le peintre Monet puisa son inspiration.

### Tapovan Neuchâtel

Rue du Bassin 8a  
2000 Neuchâtel

### Suisse

Tél: + 41 (0) 32 724 51 11  
[tapovan.swiss@bluewin.ch](mailto:tapovan.swiss@bluewin.ch)  
[www.tapovan.ch](http://www.tapovan.ch)





# TAPOVAN

**TAPOVAN Paris** - 9, rue Gutenberg - 75015 PARIS  
Rv soins ayurvédiques, mini-cures, cours réguliers et formation hatha yoga: 01 45 77 90 59  
administratif : 01 45 77 62 69 - e-mail : tapovan@wanadoo.fr

Horaires d'ouverture :  
10h -19h du mardi au samedi  
M<sup>o</sup> Charles Michel, ligne 10, RER Javel Ligne C

**TAPOVAN Normandie** - Hameau d'Anneville - 76540 SASSETOT le MAUCONDUIT  
cures ayurvédiques, formations, stages, Rv soins ayurvédiques : 02 35 29 20 21  
e-mail : tapovan.normandie@wanadoo.fr

[www.tapovan.fr](http://www.tapovan.fr)

