



L'aryuvedique pour puisez les ressources de l'eau !



Purifier son corps par une détoxination complète grâce à un cocktail de soins drainants, relaxants et énergisants pour restaurer vos flux vitaux.

Éliminez vos tensions avec l'Aryuvédique

Laissez-vous aller sous la brise marine et le soleil de Djerba en testant une cure à l'Athénée thalasso ou à l'Ulysse thalasso incluant les soins communs à toutes les cures (bains et douches, relaxation en bassin, enveloppement d'algues, etc.) auxquels s'ajoute ce petit plus à l'orientale : des gommages, des massages et des modelages inspirés de cultures plus ou moins lointaines dont les connaissances ancestrales sont des sources inépuisables de bien-être et de sérénité.

Vous pourrez ainsi avoir un teint lumineux et une peau saine grâce à un massage Kobido qui vous procure une merveilleuse sensation de relaxation, ou agir sur les couches profondes de votre peau avec le Volto Piu, le must des soins antirides, à moins que vous ne soyez plus attiré par le massage Tuina qui rééquilibre votre énergie vitale. Vous emprunterez à la tradition avec un enveloppement d'algues recelant de prodigieux secrets avant de vous abandonner aux délices d'une relaxation marine par le Watsu. Vous éliminerez vos tensions physiques et psychiques dans ces deux centres qui ressuscitent à merveille l'esprit des thermes antiques où les soins du corps étaient associés au délassement de l'esprit. Relaxation, remise en forme ou détox : à vous de choisir la cure qui vous convient le mieux.

Infos

RENSEIGNEMENTS sur www.atheneethalasso.com ou www.ulyse-thalasso.com

Rééquilibrez vos énergies vitales avec l'aryuvédique

Infos

RENSEIGNEMENTS

par mail info.resa@thalassopornic.com ou par téléphone au 02 40 82 91 73

Depuis le mois de janvier 2014, Alliance Pornic est le seul centre de thalassothérapie en France qui propose une cure ayurvédique. Reconnu par l'OMS, l'ayurveda est la plus ancienne et la plus répandue des médecines traditionnelles de l'Inde. Un système de santé ancestral toujours pratiqué de nos jours qui intervient sur les plans physique, mental, psychique et spirituel. La cure ayurvédique permet le rééquilibre des énergies selon les 3 doshas : Vata, Pitta, Kapha. Temps privilégié de soins, massages traditionnels, de nutrition adaptée,

www.bienetre-et-sante.fr

Pays : France

Dynamisme : 26



[Visualiser l'article](#)

d'utilisation de plantes et de pratiques respiratoires, cette cure de 6 jours comprend 12 soins thalasso, 6 séances ayurvédiques, 3 ateliers de relaxation et 2 consultations. La pension complète est vivement conseillée afin d'assurer la continuité de la diététique ayurvédique.

Infos

RENSEIGNEMENTS

par mail info.resa@thalassopornic.com ou par téléphone au 02 40 82 91 73

Réponses d'expert : L'ayurveda est une analyse de soi

Dr Sylvie Tanguy
Médecin généraliste

« Avec mes connaissances en ayurveda, je sais maintenant ce que mes patientes ont comme problème. L'ayurveda est une analyse de soi qui est née en Inde, mais en Inde il n'y a pas l'eau de mer. L'essentiel est de définir le déséquilibre de la personne afin de l'orienter vers les bons soins. Les massages ainsi que les soins d'hydrothérapie suivis du hammam et du sauna, mais aussi le yoga et les étirements, la méditation, la sophrologie, l'hypnose et la diététique contribuent à conserver ou à rétablir l'équilibre des énergies. »