

HISTOIRE D'ÉNERGIE

HARMONIE

1 h - 55 €

Libérer les tensions, les énergies négatives, les charges émotionnelles et les mémoires bloquées. Rééquilibrer la circulation de l'énergie dans votre corps. Soins à la fois doux et puissants donnent un regain d'énergie et de force intérieure.

Sur demande accompagnement pour une maladie, douleur, traitement de chimiothérapie et/ou radiothérapie.

HARMONISATION À 4 MAINS

1 h - 80 €

La symbiose des pratiques et ressentis entre deux praticiennes offre un soin unique pour des libérations et des nettoyages encore plus en profondeur.

VIBRATION

1h15 - 70 €

Voyager aux sons et aux vibrations des bols tibétains. Une invitation au lâcher prise, un soin doux, profond corporellement et émotionnellement. Une expérience magique et unique.

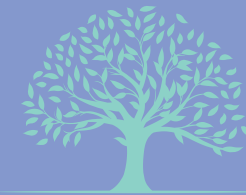
HISTOIRE D'ALLER PLUS LOIN

- SOPHROLOGIE
- SOPHROLOGIE-ANALYSANTE

1 h - 55 €

Partir à votre rencontre, avancer, vous retrouver, vous apaiser. Appréhender un changement de vie personnelle, professionnelle, gérer votre stress, dépasser vos blessures, vivre un deuil, une séparation, se préparer à un examen, sportif, scolaire, médical...

A travers ces séances, je vous accompagne sur la mise en lumière de vos blocages, peurs, schémas inconscients personnels ou familiaux qui se répètent, vos croyances limitantes, je vous guide pour activer et réactiver vos ressources, calme, confiance, courage, rencontrer votre enfant intérieur, comprendre qui vous êtes et vous libérer profondément.



HOLISTORY

UNE HISTOIRE ENTRE VOUS
ET LE BIEN-ÊTRE

3 rue François Dumas
73800 Montmélian

Sylvie Perrin-Mangold

06 74 59 84 09 | holistory@outlook.fr

www.holistory.fr

NOTRE APPROCHE

L'approche d'HOLISTORY est empreinte de l'expérience de Sylvie au travers son parcours professionnel et personnel. C'est une approche qui se veut holistique, bienveillante, dans le respect de votre histoire.

Elle s'articule autour de 3 pratiques :

Le massage bien être, la sophrologie analysante et les soins énergétiques.

L'alchimie de ces 3 pratiques offre une approche très personnelle permettant un accompagnement individualisé sur le chemin d'une histoire entre vous et le bien être.

MÉDITATION
INITIATION REIKI
ATELIER ATTRAPE RÊVE



Suivez mes actualités sur ma page facebook HOLISTORY

HISTOIRE DE MASSAGE

ÉQUILIBRE

1h ou 1h30 - 60 € ou 80 €

Massage rééquilibrant qui élimine les toxines vous détend et restaure votre potentiel énergétique. Méthode issue de la médecine traditionnelle indienne l'Ayurveda.

Protocole personnalisé selon le dosha ou au choix :

PITTA - Doux rafraîchissant et relaxant
VATA - Profond, nourrissant, tonifiant
KAPHA - Dynamique, drainant et équilibrant

VITALITÉ

1h ou 1h30 - 60 € ou 80 €

Massage favorisant la relaxation, le relâchement, la libération des toxines et permettant de dissoudre les tensions. Adapté aussi pour la préparation et la récupération des sportifs.



STORY - Massage signature

1h ou 1h30 - 60 € ou 80 €

Massage intuitif qui libère vos blocages émotionnels conscients et inconscients, alliant techniques de massage bien-être, énergétique et de la sophrologie.

RELAX

20 min - 20 €

Massage assis et habillé sur une chaise ergonomique, relaxation puis redynamisation de la tête, du dos et des bras.

Intervention en entreprise à la demi-journée ou à la journée et lors d'évènements sur devis.

Sérénité et énergie pour favoriser la créativité et la performance.

ÉVEIL - Dès 1 mois jusqu'à 12 ans

30 min - 30 €

Accompagner les bébés et les enfants à se libérer des tensions, à gagner en confiance et à grandir sereinement. Un temps de partage et d'échange qui vise à nourrir leur cœur en passant par le corps.

ATELIER MASSAGE PARENT/ENFANT

ATELIER CŒUR -

A partir de 1 mois jusqu'à 7 ans

5 séances de 30 min - 120 €

Le toucher affectif joue un rôle majeur dans le développement d'un enfant et l'évolution de sa relation avec vous en tant que parent. Avec cet atelier, vous découvrirez l'apprentissage d'un protocole de massage pour masser votre enfant.

ATELIER PARTAGE

A partir de 8 ans

1 h - 60 €

Cet atelier est un moment privilégié axé autour du massage principalement et également de la relaxation. Respiration, auto massage et échange de massage entre parent/enfant au cœur de cette rencontre. Se connecter et partager, nourrir le lien et le plaisir d'être ensemble.