



Votre praticienne

**Gaëlle
Gautron**

« Passionnée par les
thérapies énergétiques, je maîtrise
plusieurs techniques depuis des années.

Nourrie de ce qu'elles m'apportent au quotidien,
je m'engage à accompagner les personnes sur leur
chemin d'évolution, afin d'amener harmonie et bien
être dans leur vie quotidienne. Mon apprentissage,
auprès de maîtres rencontrés dans diverses régions
du monde, m'amène aujourd'hui à vous proposer
différentes méthodes permettant de vous connecter
à vous-même, d'harmoniser et unir vos corps
physique, subtils, et votre esprit. Sentez vous vivre,
vibrer, grandir, respirer, rayonner... Voyagez à
l'intérieur de vous même, pour mieux vous
ouvrir à ce qui vous entoure.

Bon Voyage ! »

Tarifs

30 min : 30 € - 60 min : 50 €
90 min : 65 € - 120 min : 80 €
Packages 5 ou 10 séances,
Carte Cadeau, Offres de parrainage.

Lieux

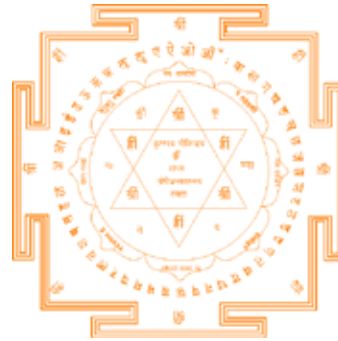
- 51 impasse des Allobroges, 74300 CLUSES
- A domicile (+10 € min.)
- Dans votre région, prestation en entreprise,
événements... : Merci de me contacter.

NOTA : Les Massages Gayatri Energy ne sont pas des massages kinésithé-
rapeutiques, et ne peuvent pas y être assimilés. Ils ne peuvent pas se
substituer à un traitement médical

*"Notre corps reflète qui nous sommes,
et ce que nous vivons"*

Le massage : s'offrir un voyage intérieur,
renouer avec la sensation, se détendre et déve-
lopper un bien-être physique et mental, lâcher-
prise et renouer avec soi, avec sa sérénité et
son harmonie intérieure... Bon voyage !

Le Yoga : sa pratique crée une harmonie
dans les aspects vital, physique, mental, psycho-
logique et spirituel. Reconnectez- vous à votre
équilibre naturel et vivez en pleine conscience !



Gayatri Energy Massages & Yoga

Gaëlle Gautron

07 70 38 08 17 • gaelle@gayatri.fr
www.gayatri.fr

N'hésitez pas à me contacter pour
plus d'informations ...

N° SIRET : 492 738 133 00049

Gayatri Energy



Massages & Yoga

Massages Bien-Être, Traditionnels, Energétiques

Hatha Yoga & Méditation



Gaëlle

07 70 38 08 17

gaelle@gayatri.fr

www.gayatri.fr



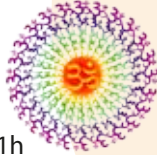
Massage Bien-Être & Harmonisation Énergétique

► Ateliers de 4h :

- « **Initiation à l'Amour du Toucher** » •
- « **Les techniques de base du massage de Bien-Être** » •

► Massages partiels :

Massage Chi Nei Tsang • Ventre - 1h
Idéal pour désintoxiquer, fortifier et affiner le corps, régénérer l'énergie des viscères et organes internes, et libérer les tensions et émotions négatives.



► Réservé aux femmes (certifiée MoonMother par Miranda Gray) :

Bénédiction de l'**Utérus** • vêtue, assise - 1h
Aide la femme à se guérir, se renouveler et ressentir son pouvoir, incarner l'âme féminine, accepter son corps, sa vie, sa fertilité, sa créativité, sa sexualité et sa spiritualité. Don d'une profonde énergie de transformation venant du féminin sacré.

Soin de l'Utérus • vêtue, allongée - 1h
Soutien conçu pour un éveil en douceur, pour soigner et équilibrer tous les aspects de notre féminité, les blessures physiques ou émotionnelles.



► Massages corps entier 1h à 2h - huiles tièdes :

Massage Ayurvédique Abhyanga • Inde
Il améliore la circulation sanguine, le sommeil, élimine le stress et les toxines de l'organisme. Les mouvements sont doux, fluides et englobants.

Massage Gaïa • Techniques du Monde
Les traditions (Californie, Inde, Japon, Thaï, Corée) se mêlent, relaxant et revitalisant le corps et l'esprit, et laissant une sensation de paix et de légèreté...

Massage Intuitif
Le masseur suit son cœur afin de prodiguer au massé ce dont son corps et son esprit ont besoin, tant sur un plan physique que subtil.

Massage Yin Yang • à 4 mains
Mené par deux praticiens (homme/femme), ce massage conjugue force et douceur pour apporter équilibre et stabilité à vos pôles féminin et masculin.

Massage Duo • 2 praticiens, 2 massés
Venez en couple ou en duo et laissez vous emporter à l'unisson dans ce voyage à 2 !

► Harmonisations énergétiques :

Méthode Corps-Miroir • 2h
Technique de guérison basée sur l'harmonisation des centres et du système énergétique, aidant à restaurer l'équilibre dans votre corps, votre conscience et votre vie : retrouvez votre état naturel d'harmonie.

Harmonisation Litho-Reiki • 1h
Un équilibrage énergétique est effectué par imposition des mains et pose de cristaux et minéraux, sur des points clés du corps, afin de détendre en profondeur, de combler les déficits en énergie, et d'harmoniser votre système énergétique.



Hatha Yoga et Méditation



- Séances hebdomadaires en groupe
- Cours individuel ou en groupe réduit
- Stage découverte en 5 séances.

Le **Hatha Yoga** (1h30-2h) comprend 3 pratiques :

- **Asanas** : Etirements et renforcement musculaire
- **Pranayama** : exercices respiratoires
- **Savasana** : relaxation consciente

Une séance de **Méditation** (1h) peut être guidée ou en silence, un rêve éveillé, une visualisation, une focalisation sur un objet, un instrument de musique ou un ressenti, seul ou avec un partenaire...

Bienfaits :

- Développer notre présence à soi, notre respect du corps, nos perceptions sensorielles, notre créativité, notre concentration et notre bien-être. Harmoniser et maintenir un équilibre entre le physique et le mental.
- Apprendre à contrôler notre stress et nos émotions, développer la pensée positive et l'apaisement perpétuel.
- Améliorer la souplesse et la force de la colonne vertébrale, du corps et de l'esprit.
- Activer la circulation sanguine et énergétique.

Pour plus de détails : www.gayatri.fr

