

Cures remise en forme Splendid 2011

Descriptif Cure Okinawa

5 Jours de soins + Hébergement 8 jours / 7 Nuits

Le Protocole Okinawa

- * Cinq conférences animées par le Dr Jean-Paul Curtay sur la longévité, le modèle Okinawa, sur la nutrition et sur la gestion des rapports aux aliments et l'intégration du "mieux bouger" dans les différentes situations du quotidien.
- * Cinq ateliers cuisine pratiqué par le Dr Rose Razafimbelo.
- * Une séance d'Idogo (art énergétique chinois) de 90'
- * Trois heures de soins thermaux quotidiens spécifiquement choisis pour leurs effets oxygénant (Bol d'air Jacquier), drainants (modelage sous affusion d'eau et douche au jet), détoxifiants (sauna à infrarouges lointains, enveloppement d'argile, hammam), relaxants (bain bouillonnant, douche...) et énergétiques (shiatsu)...

Les soins thermaux

5 Parcours détente : Piscine à jet, Sauna Traditionnel, Hammam, Etuves mains et pieds, Tisanerie, Salles de Détente (repos, ionisation et luminothérapie, relaxation en ambiance soufrée).

2 Douches générales

3 Douches au jet

3 Bains bouillonnant

2 Application d'argile

5 Douches nasales

3 Modelages sous affusion d'eau de 15'

3 Saunas à infrarouges lointains

5 Séances d'oxygénation avec le Bol d'air Jacquier

2 Massages énergétiques de 45' : shiatsu

Tarifs :

Du 10/04 au 16/10 :

825.00 € x 2 pers

950.00 € single