

# Le Chemin d'Hannah

Nous sommes tous uniques à chaque instant de notre vie.

Dans un lieu calme et paisible entièrement privatif, le Chemin d'Hannah est un espace/parcours dédié au mieux-être et au ressourcement, où l'on peut prendre soin du Soi, se poser, lâcher prise...

C'est l'occasion de recentrer et ainsi libérer les tensions accumulées du quotidien. Il permet de vous offrir une parenthèse ou de la partager entre amis(es) ou en famille.

Vous ouvrir un espace temps pour écouter la vie qui coule en vous...

Dès votre arrivée, vous découvrirez le besoin du moment en choisissant la couleur et la senteur qui vous accompagnera tout le long de votre chemin et vous apportera un bien être personnalisé et rééquilibrant.



14 Parcours personnalisés adaptés à l'humeur du moment !



## Étape 1

Vous pourrez commencer par le rituel du **sauna** (sec ou humide) aux essences d'eucalyptus pour oxygéner les poumons, détoxifier la peau et purifier l'esprit ou par la **cabine à infra-rouge** pour soulager les muscles, les tendons et drainer les toxines.



## Étape 2

Par la suite un repos sera nécessaire pour que le corps reprenne son propre rythme en profitant des bienfaits du **tapis de massage à oscillations** avec programme personnalisé (la douleur, le stress, la digestion, ect.) accompagné si vous le désirez par une **relaxation-méditation auditive guidée**.

## Étape 3

Un **spa extérieur** chauffé à 37° vous attend pour différents **massages d'hydrothérapie** afin de soulager les douleurs musculaires et circulatoires, mais aussi vous apporter une grande détente et cela dans un **espace « Cocoon Nature »** aménagé d'une terrasse en bois, d'un salon où vous découvrirez des **tisanes aux multiples saveurs**.



## Étape 4

Votre cheminement s'achèvera par une séance de **lumière thérapie** sous forme de **bain de couleurs** en fonction de votre besoin accompagnée d'une séance olfactive par les **huiles essentielles**.



D'infos sur [www.institutannefrance.be](http://www.institutannefrance.be)

# Le Chemin d'Hannah

## TARIFS

Selon le temps dont vous disposez, voici plusieurs formules parmi lesquelles vous pouvez choisir l'activité qui vous conviendra le mieux :

## TARIFS

	2h00	3h00	4h00
1 personne	65,00 €	85,00 €	/
2 personnes	90,00 €	120,00 €	140,00 €
3 personnes	/	150,00 €	170,00 €
4 personnes	/	180,00 €	190,00 €

Chaque activité peut-être pratiquée individuellement  
(voir les activités au verso)

Infos et réservations : Anne France - 084/22.22.78

📍 Rue de Masbourg, 10 - 6950 Nassogne