

CARTE DES SOINS

CENTRE DE BIEN-ÊTRE AU CHARLES LATITUDE



CHA
RLES
LATITUDE



MYRIAM TURCHINI & SON ÉQUIPE

Avec un toucher délicat et des mains expertes, Myriam incarne la quintessence de l'art thérapeutique au Centre de Bien-être du Charles Latitude. Ses 15 ans d'expérience en font une référence incontournable en matière de massages et de soins bien-être.

Sa maîtrise en Shiatsu Myo Énergétique lui permet d'équilibrer les énergies corporelles pour une détente profonde. Sa compétence en Sotai, une forme d'ostéopathie japonaise, assure une approche holistique douce. Elle excelle également dans le Thai Massage et la Moxibustion pour les amateurs d'approches asiatiques.

Outre ces approches orientales, Myriam est certifiée en méthode Renata Franca pour le drainage lymphatique et possède une expertise en Méditation MBSR pour réduire le stress. En tant que professeur de Gymnastique d'Expression, elle intègre le stretching et la danse pour une expérience corporelle complète.

Elle va au-delà de ses compétences en créant WELLNESS CONSULTING MONACO, offrant un coaching personnalisé, des thérapies adaptées et des conseils en beauté et bien-être.

Ce qui rend Myriam vraiment unique est sa capacité à s'adapter à chaque individu. Elle sait que chaque corps, chaque esprit a ses propres besoins. Avec son parcours riche et diversifié, formée dans différentes écoles et maîtrisant plusieurs approches thérapeutiques, elle est capable de personnaliser ses soins, toujours dans un cadre de bienveillance et professionnel.

Si vous recherchez une expérience de bien-être inégalée, Myriam du centre Charles Latitude est la personne qu'il vous faut rencontrer. Ses mains expertes, sa sagesse et son dévouement sont la promesse d'un voyage thérapeutique unique.



MASSAGE SIGNATURE CHARLES À 4 MAINS

Ce massage à 4 mains est une expérience unique où deux praticiennes interviennent simultanément. Imaginez un ballet envoûtant de quatre mains qui se synchronisent pour vous procurer une détente incomparable. Ce soin ne se limite pas à la relaxation, il stimule également tout le corps et conclut avec un apaisant massage du visage et du crâne. Les bienfaits sont amplifiés, offrant un état de relaxation profonde et un relâchement total.

Principaux avantages:

- Relaxation intense et profonde
- Libération des tensions accumulées
- Stimulation globale du corps

60 min | 160 €



DRAINAGE MÉTHODE RENATA FRANCA

Un massage drainant et énergique qui cible spécifiquement la rétention d'eau, notamment au niveau du ventre et des cuisses. Les résultats sont visibles dès la première séance, offrant un soulagement immédiat et une élimination efficace des toxines du corps.

Principaux avantages:

- Réduction du ventre gonflé et des ballonnements
- Soulagement des jambes lourdes
- Affinement de la silhouette
- Amélioration de la qualité de la peau

1h15 | 150 €





MASSAGE NATURE ET ÉVASION

Ce soin complet va de la pointe de vos cheveux jusqu'à la plante de vos pieds, avec pour objectif principal la détente et la détoxification de l'organisme. Les senteurs exotiques vous emmènent dans un voyage sensoriel tout en vous enveloppant dans des huiles naturelles bio.

Principaux avantages:

- Réduction des niveaux de cortisol (hormone du stress)
- Amélioration du sommeil
- Détoxification de l'organisme

1h15 | 80€



RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Cette technique utilise le massage et l'acupression pour stimuler les différentes zones du pied. La réflexologie plantaire offre une étude complète de l'activité réflexe physique du corps à travers les pieds.

Principaux avantages:

- Amélioration de la circulation
- Réduction des tensions
- Équilibre des fonctions corporelles

45min | 70€



SHIATSU (MYO ÉNERGÉTIQUE)

Ce massage profond d'origine japonaise utilise l'acupression parmi d'autres techniques pour traiter les douleurs corporelles et les troubles musculo-squelettiques. Une thérapie éprouvée pour restaurer votre santé et bien-être.

Principaux avantages :

- Soulagement des douleurs et tensions
- Amélioration de la mobilité
- Équilibre énergétique

1h15 | 100€



KOBIDO VISAGE

Ce n'est pas seulement un massage, mais un art traditionnel japonais. Le thérapeute utilise une variété de techniques dont le lissage, le pétrissage, les percussions et les vibrations dans une séquence presque chorégraphique. L'effet est si profond que l'on parle d'un véritable « lifting » du visage et du cou.

Principaux avantages :

- Effet lifting naturel
- Anti-aging
- Amélioration de la qualité de la peau du visage et du cou

60min | 80€



Venez découvrir ces incroyables techniques de bien-être et de relaxation sous les mains expertes de Myriam et son équipe au Centre de Bien-Être du Charles Latitude.

Tous nos massages sont réalisés exclusivement avec les produits de la gamme bio Ultra Remediology.

Prenez rendez-vous dès aujourd'hui pour vivre une expérience de bien-être incomparable.

contact@charleslatitude.com

**CHA
RLES**
—
LATITUDE

WWW.CHARLES-LATITUDE.COM