

# sawalee thaï massage

## Le Massage Thaï



Le massage traditionnel thaï (Nuad Thai) est inscrit sur la « liste représentative du patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'UNESCO depuis 2019. Le Nuad Thai fait partie de l'art, de la science et de la culture des soins thaïlandais traditionnels. Il tire son origine de soins personnels pratiqués dans le passé au sein de la société paysanne. Chaque village disposait alors de masseurs-guérisseurs que les villageois consultaient pour leurs problèmes musculaires.

Le Nuad Thai implique une manipulation corporelle au cours de laquelle le praticien aide à rééquilibrer les énergies afin de traiter des maux attribués à l'obstruction des flux énergétiques le long des SEN, lignes qui quadrillent le corps humain. Les 10 SEN (SEN SIP) principaux relient la région abdominale aux extrémités ou aux orifices du corps.

Pour ouvrir les voies bloquées, les thérapeutes de Nuad Thai combinent des manipulations extrêmement variées – pressions, malaxages, torsions, flexions, étirements, etc. – en utilisant leurs mains, leurs coudes, leurs genoux leurs pieds, ainsi que des outils d'automassage et des compresses chaudes à base d'herbes pour réduire l'inflammation et détendre les muscles touchés.

En plus de ses bienfaits relaxants, le Nuad Thai peut aider à soulager les douleurs dorsales, les problèmes de circulation, les maux de tête, l'insomnie...

## Le Massage aux huiles essentielles



Le massage thaï aux huiles essentielles est basé sur le Nuad Thai mais comporte moins de manipulations. Il se pratique aussi le long des SEN par des pressions et malaxages à directe la peau avec de l'huile chaude aromatisée avec des essences et des herbes utilisées dans la médecine traditionnelle thaïlandaise.

Tous les bienfaits relaxants du Massage Thaï pour une remise en place de ses énergies corporelles pour retrouver « Un esprit sain dans un corps sain ! »

## Le Massage des pieds & La Réflexologie



Le massage des pieds thaï se concentre sur les lignes SEN dans la région des pieds jusqu'aux genoux, il est souvent pratiqué à l'aide d'un petit bâton de bois pour plus de précision.

## Le Massage par tamponnage aux herbes



Le massage par tamponnage aux herbes se fait après un massage thaï ou aux huiles essentielles pour stabiliser les énergies libérées et redonner tout le tonus aux muscles au sortir de la séance de massage. Il est fait avec de petits ballots remplis d'herbes médicinales thaïlandaises.

## Les tarifs

30 minutes  
50 francs

60 minutes  
85 francs

90 minutes  
125 francs

120 minutes  
170 francs