

Activités de bien-être

12 résultats

à Belz

Pranandi Bien-être

Installée à Belz, je vous reçois à mon domicile pour vous faire découvrir les bienfaits de l'Ayurveda (médecine ancestrale holistique venue de l'Inde et reconnue par l'OMS). Parmi les soins que je propose vous trouverez: * l'Abhyanga (massage du corps entier aux huiles chaudes * le...

☎ 06 17 08 08 21 📍 Lieu communiqué après la réservation

Jusqu'au 31/12/2025



à Saint-Pierre-Quiberon

Quibtao - Qi Gong

"L'attitude zen, longitude iodée !" Qi Gong taoïstes, méditation et marches énergétiques, relaxations dynamiques et sophrologie. Energie, détente, harmonie. Stages et séances individuelles ou en groupe.

☎ 06 11 25 42 31 📍 2 rue du chasse marée

Groupes : de 5 à 30 personnes

Jusqu'au 31/12/2025



à Saint-Pierre-Quiberon

Manna - Yoga

Dès 15€ / pers.

Au-delà des postures, apprendre à vivre un peu plus au Présent, en portant un regard bienveillant sur Soi et son environnement. A domicile et en studio. . Cours privés et collectifs sur la Presqu'île de Quiberon . Ateliers Yin Yoga & Sons chez FreedOm's Echo . Soins "Moonrise": en...

☎ 07 60 08 65 82 📍 Kerhostin

Jusqu'au 31/12/2025



à Quiberon

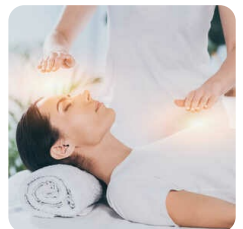
Zome des Dauphins - Soins et massages énergétiques - Harmonisation - Bien-être

Offrez-vous un moment de bien-être dans un lieu unique à Quiberon, le « Zome des Dauphins » est niché dans un cadre Zen et Naturel. Pascal et Nelly vous proposent des soins ou des massages énergétiques. Ces soins holistiques permettent de libérer les tensions, le stress et d'...

☎ 06 08 99 56 13 / 06 11 27 91 60 📍 Zome des Dauphins 19 rue des Dauphins

Groupes : de 1 à 2 personnes

Jusqu'au 31/12/2025



à Saint-Pierre-Quiberon

So'phrologie

Dès 12€ / pers.

Séances de Sophrologie relaxation, une pratique psychocorporelle douce et bienveillante. (Durée 1H00) *En individuel: le lundi après-midi au cabinet thérapeutique Les Arcades à Saint-Pierre-Quiberon. *En groupe: (à partir de 15 ans) - Hors vacances scolaires: le vendredi de 10 à 11h à la...

☎ 06 21 24 84 43

Groupes : de 3 à 10 personnes

Jusqu'au 31/12/2025



à Saint-Pierre-Quiberon

Manna - Massage

Dès 65€ / pers.

Vous ressentez le besoin de... Faire une pause pour prendre soin de vous? . Délier des tensions musculaires et dynamiser votre circulation? . Lâcher prise mentalement? Sous mes mains et au fil de votre respiration, tout votre corps viendra se détendre en profondeur. J'adapte la pression...

☎ 07.60.08.65.82 📍 Kerhostin

Jusqu'au 31/12/2025



à Saint-Pierre-Quiberon

Jala Yoga

Dès 13€ / pers.

Venez pratiquer le yoga dans un cadre naturel exceptionnel. Hatha yoga traditionnel : méditation, pranayama (respiration) et asanas (postures). Paddle yoga Ateliers 2,3 et 6h, retraite Enseignante de yoga certifiée UEY L'été, plusieurs séances quotidiennes : - plage de Kermahé, du lundi au...

☎ 06 20 68 82 21 📍 Rue Duguay-Trouin Penthièvre

Groupes : de 3 à 8 personnes

Jusqu'au 31/12/2025



à Quiberon

Ayurveda Therapy

Thérapeute en ayurvéda et coach bien être, depuis plus de 11 ans. Je vous accompagne vers un mieux-être en vous faisant prendre conscience de la relation entre corps et esprit et entre les pathologies et les émotions. Mes massages, soins ayurvédiques et conseils alimentaires sont...

☎ 06 61 80 79 90 📍 85 rue des Quatre Vents

Jusqu'au 31/12/2025



à Étrel

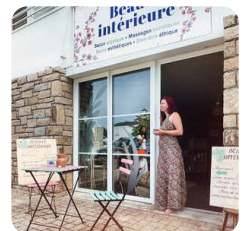
Beauté Intérieure

Dès 10€ / pers.

Dans un cadre paisible et ressourçant, mon salon de soins écoresponsables vous accueille pour un moment de bien-être unique. Niché dans une petite commune en bord de mer, cet espace propose des soins et massages axés sur le bien-être holistique, alliant l'esthétique à des valeurs profondes...

☎ 06 22 13 91 35 📍 Place Pasteur

Jusqu'au 31/12/2025



à Quiberon

Yoga avec Vanessa Desmarthon

Cours de yoga traditionnel indien, en cours collectifs comme en cours privés (individuels ou petits groupes). Un yoga ancestral sans ajout ou remix à l'européenne. Mon coaching, quant à lui, est né d'un parcours complet permet un accompagnement global – Accessible de 0 à 99 ans. Depuis...

☎ 06 75 31 95 23 📍 Salle Omnisports Rue de Saint-Clément

Jusqu'au 14/10/2025



à Saint-Philibert

Mon Energie Vitale

Je vois la vie en Reiki. Je vous reçois au cœur de la nature, pour un instant de bien-être. Vous êtes allongé(e) sur une table de massage. Vous gardez vos vêtements, mais ôtez vos chaussures. Je vous recouvre d'une couverture. Vous êtes en mode cocooning. Je transmets le Reiki par...

☎ 06 99 08 52 88 📍 Pourhos

Jusqu'au 31/12/2025



à Quiberon

FreedOM's Echo Bain Sonore - Massage sonore

C'est peut-être le moment de découvrir un bain sonore...ou pourquoi pas un massage sonore? Des Instruments Intuitifs choisis avec soin, joués harmonieusement ensemble. Une déferlante d'ondes et de vibrations, telle est la promesse du bain sonore de la boutique FreedOM's Echo pour vous...

☎ 06 37 39 90 37 📍 4 Rue Pasteur

Groupes : de 2 à 10 personnes

Jusqu'au 31/12/2025



Office de tourisme de la Baie de Quiberon

www.baiedequiberon.bzh

☎ +33 (0)2 44 84 56 56