



Programme Bien-être

Avec Erin



Cours de Yoga

Erin vous apprendra le yoga, pour vous aider à vous reconnecter à vous-même et à trouver un sentiment de paix. Pour débutants et avancés.

200 MAD 60 MIN



Thérapie par ventouses

active le système lymphatique, dégage les vaisseaux sanguins et active la peau, aidant à augmenter la détente du corps et à relâcher les contraintes.



Massages et thérapie manuelle

Erin pratique une myriade de formes de massage, dont le massage neuromusculaire, la réflexologie, les pierres chaudes, le prana et le massage thaï.

Assurez-vous de voir avec Erin quel est le meilleur massage pour vous.



Breathwork

est un espace puissant pour l'exploration de soi et l'éveil spirituel. Avec la technique de respiration circulaire, vous créez de nouvelles voies neurales qui peuvent libérer les traumatismes qui ont été stockés dans le corps.



Séance de bain sonore

en utilisant des bols tibétains, des bols chantants en cristal et des diapasons, vous ferez l'expérience d'une guérison vibratoire qui aide à soulager l'anxiété, le stress...



Soin énergétique

Nous pouvons tous nous sentir un peu mal parfois, peut-être que tout ce dont nous avons besoin est une réinitialisation. Erin peut vous aider à vous fournir cette nouvelle énergie vitale pour vous aider à obtenir davantage pour votre flux énergétique. Utilisation de diverses techniques



Soins des chakras

Erin vous aide avec un voyage introspectif à travers vos chakras en découvrant à travers le son, la couleur, les émotions ainsi que les affirmations positives. Utilisant ses diapasons et ses cristaux pour le rééquilibrage et l'alignement.

Prix des prestations:

600 MAD - 60 MIN

900 MAD - 90 MIN

Réservation à la Reception

+212 7 62 84 12 73

Rencontrez Erin au restaurant, au bord de l'eau ou dans sa salle de pratique





Wellness Program

with Erin



Private yoga

Erin will teach you yoga, to help you reconnect to yourself and find a sense of peace. For Beginners and advanced

200 MAD 60 MIN



Massage cupping

Triggers the lymphatic system, clears the blood vessels and activates the skin, helping to increase to relax the body and to release constraint.



Massage & Bodywork

Erin practice a myriad forms of massage including neuromuscular, reflexologie, hot stone, prana and Thai massage. Make sure to see with Erin what is the best massage for you.



Breathwork

is a powerful space for self-exploration, and spiritual awakening. With the circular breathing technique, you are creating new neural pathways which can stir up and release trauma that has been stored in the body.

For all sessions

600 MAD FOR 60 MIN

900 MAD FOR 90 MIN



Sound healing session

Using Tibetan Bowls, Crystal Singing Bowls and Tuning Forks you will experience a vibrational healing which helps to relieve anxiety, stress...



Energy work

We can all feel a little off sometimes maybe all it needs is a reset. Erin can help provide you with that new vital energy to help you obtain more of your flow state. Using various techniques



Chakra balancing

Erin helps to with an introspective Journey through your chakras discovering through the sound, color, emotions as well as positive affirmations. Using her tuning forks and crystals for retuning and alignment.

10MAD

Reservation at the Reception
+212 7 62 84 12 73

Meet Erin at the restaurant, by the water or in her practice room 