

# L'art de communiquer par le toucher

Le massage de bien-être que je propose est donné avec de l'huile parfumée, par de longs mouvements glissés, des mobilisations des articulations et une attention particulière pour les zones où se sont accumulées les tensions. Un savant mélange d'intuition et de présence fait de chaque massage un moment unique de retrouvailles avec soi-même.

Le but de cet « art » est d'ouvrir à nouveau la possibilité de se sentir touché, et par là-même de reprendre contact avec ce qui nous touche, ce qui nous touche en tant qu'être humain sensible.

Ce qui était retenu par le corps peut alors trouver son expression, sa place dans notre vie et ne plus constituer une charge : le stress diminue, les relations aux autres deviennent plus simples.

Francis Lemaire,

Affilié à la Fédération Française de Massage de Bien-être

## ..... Dates

Nous vous accueillons toute l'année sur réservation, pour un week-end, quelques jours ou une semaine, comme vous le souhaitez. Vous choisissez vos dates, la durée de votre séjour, le nombre de séances...

Vous pouvez même prendre vos week-ends en semaine, seul(e) ou à plusieurs.

Pour connaître les disponibilités et réserver un séjour, appelez le 06 24 30 64 14.

## Pensez à apporter :

Entre autres : vêtements de saison, chaussures de marche, montre ou réveil et de quoi prendre des notes.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site internet :

[www.le-corps-memoire.fr](http://www.le-corps-memoire.fr)

Les séjours sont réservés aux personnes majeures sans problème de santé contre-indiquant le massage de bien-être.

## Week-ends

## & Séjours



# MASSAGE NATURE

Au petit château  
de Roquetaillade  
En AVEYRON

# Séjours et Week-ends ..... Le petit château

Le but de ces séjours est de vous permettre une pause, une respiration dans votre rythme habituel. Ils sont dédiés au calme, à la détente, au retour sur soi, au contact avec la nature.

Les week-ends permettent une découverte du massage de bien-être.

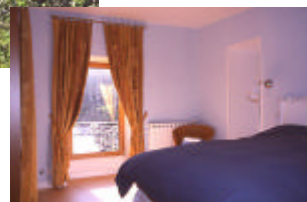
Les séjours sont axés sur un accompagnement personnalisé au mieux-être et diverses approches sont utilisées selon vos besoins. (env. 2 heures par jour).

Le reste du temps est libre pour se reposer, découvrir le hameau, randonner dans la vallée, faire une excursion, prendre des notes ou encore bouquiner au coin du feu selon la saison et l'envie.

Le nombre de participants à ces séjours est volontairement limité pour offrir à chacun l'accompagnement et l'espace d'intimité dont il a besoin.

Le massage de bien-être n'a pas de but thérapeutique. Il vise simplement la relaxation et le mieux-être.

## de Roquetaillade



Le petit château de Roquetaillade est un havre de tranquillité situé au sud de la vallée préservée de la Muze, à 21 km de Millau. (A75, sortie 45, direction Castelnau-Pég.)

Contact : Peter Hoopman  
Tél. : 05 65 58 19 59



En train : TGV Montpellier puis bus  
ou train de nuit Paris-Rodez et bus.  
En voiture, voir plan sur le site internet

## Tarifs 2009

Avec hébergement en chambre individuelle et demi pension\* : repas du soir et petits déj. Pique-nique sur demande en sus.

### Week-end Parenthèse

1 nuit au château en 1/2 p. + 1 séance Arts of touch  
Ind. : 135 €. En duo : 115 €/pers.

### Week-end Détente intense

1 nuit au château . + 2 séances Arts of touch  
Ind. : 199 €. En duo : 184 €/pers.

### Séjour Complétude

2 nuits au château . + 3 séances Mieux-être (~ 2h)  
Ind. : 334 €. En duo : 205 €/pers.

Au delà : jour supplémentaire avec séance :  
Ind. : 120 €. En duo : 108 €/pers.

### Semaine au château

7 nuits en 1/2 pension + 3 séances :  
Ind. : 565 €. En duo : 483 €/pers.

7 nuits en 1/2 pension + 5 séances :  
Ind. : 700 €. En duo : 621 €/pers.

\*Boissons non comprises.

### Séjours connaissance de soi :

Voir : [www.le-corps-memoire.fr](http://www.le-corps-memoire.fr)

Reservez votre séjour au :

Tél. 06 24 30 64 14

Un chèque d'arrhes vous sera demandé, à faire parvenir à :

Francis Lemaire (05 65 62 04 49)

Le Terrail

12620 Castelnau-Pégayrols