



*La beauté s'épanouit dans l'harmonie entre l'intérieur et l'extérieur, entre le corps et l'âme. Elle ne rayonne que lorsque l'on s'aime, et qu'on cultive sa santé. Prendre soin de soi est le premier pas vers le bonheur et la beauté.*



*Se choisir chaque jour*

Contactez nous

**06 24 88 49 41**

3 rue des Genêts 67130 Russ

Mail : [contact@effledy.fr](mailto:contact@effledy.fr)

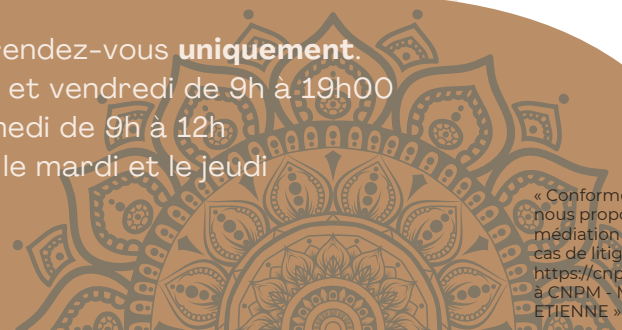
Site web : [www.effledy.fr](http://www.effledy.fr)

Durée et tarifs des soins  
 environ 30min : 47€  
 environ 45min : 64€  
 environ 1h : 80€  
 environ 1h15 : 92€  
 environ 1h30 : 103€  
 environ 2h : 135€

Découvrez plus de soins, les cures et soins saisonniers, les ateliers beauté et bien-être sur [www.effledy.fr](http://www.effledy.fr).

Encore mieux ! Restez informés en vous inscrivant à la newsletter sur [www.effledy.fr](http://www.effledy.fr)

Horaires sur rendez-vous **uniquement.**  
 Lundi, mercredi et vendredi de 9h à 19h00  
 Samedi de 9h à 12h  
 Fermé le mardi et le jeudi



« Conformément aux articles L.616-1 et R.616-1 du code de la consommation, nous proposons un dispositif de médiation de la consommation. L'entité de médiation retenue est : CNPM - MEDIATION DE LA CONSOMMATION. En cas de litige, vous pouvez déposer votre réclamation sur son site : <https://cnpm-mediation-consommation.eu> ou par voie postale en écrivant à CNPM - MEDIATION - CONSOMMATION - 23, rue Terrance - 42100 SAINT ETIENNE »



*Beauté & Bien-être  
 Relaxation et Ressourcement  
 Massages, Dien Chan, Soins*



## Chan' beauté

Grâce à la gestuelle yin-yang, cette technique relance les circulations, redensifie le visage, atténue les rides tout en relaxant le corps. La peau est plus vivante, repulpée, le résultat est visible immédiatement. Peut être combiné à Thé Blanc Fleurs Bleues pour un résultat bluffant. Durée 45min ou 1h.

## Thé Blanc Fleurs Bleues

Ce soin visage personnalisé, vous réconcilie avec votre peau. Quelque soit l'état de peau, celle-ci sera nourrie, illuminée, purifiée. Votre visage est éclatant, lissé, et paraît visiblement plus jeune. Durée 30min ou 45min ou 1h

## Jardin de Jasmine

Soin multi-sensoriel exfoliant et nourrissant. Peau lumineuse, douce et sereine. Durée 1h. Version corps et visage en 1h30

## Corps de Gazelle

Soin détox et raffermissant. Massage manuel drainant en alternance avec des pochons chauds / froids en suivant les méridiens énergétiques chinois. Durée 1h

## Pure Detox

Soin détoxifiant. Relance des circulations, pochons chauds/froids, travail yin /yang, massage manuel ciblé. Soin starter qui vous aide à enclencher une détox ou un régime. Résultats visibles immédiatement.

## Happy Gambettes

Massage manuel ciblé pour inconfort des jambes, réflexologie et application de pierres froides pour retrouver des jambes légères. Durée 45min ou 1h



## Rose Émeraude

Équilibre du chakra du cœur. Durée 1h ou 1h30. Soin harmonisant à la rose et à l'élixir d'émeraude. Massage du visage, crâne, nuque, épaules, dos, ventre, pieds. Sérénité immédiate.

## Mental Wellness

Arrête le manège du mental. Durée 45 min ou 1h. Apaisement du mental, lâcher-prise, détente des pieds, de la nuque et des épaules, du crâne et du visage grâce à une alchimie de techniques précises. Vous êtes en pause hors du temps.

## Cocon de Soi

Massage soin harmonisant. Durée 1h ou 1h30. Relaxation profonde grâce à la gestuelle douce et lente et aux linges chauds déposés délicatement sur les différentes zones du corps massées. Au chaud dans votre cocon.

*Il est nécessaire de choisir ce soin à l'avance*

## Balade sous la voûte céleste

Massage crânien. Durée 45 min ou 1h. Massage lâcher-prise. Zones épaules, nuque, crâne, visage. Déconnexion garantie.

## Inspiration

Massage sur mesure. Durée 30min – 45min- 1h -1h15 ou 1h30. Massage alchimique entre vos envies et vos besoins, et mon savoir-faire et ma présence. Massage 100% sur mesure.



## Séance Dien Chan (réflexologie faciale)

Équilibre et harmonie du corps, soulagement des maux et accompagnement des problèmes récurrents. (détox, tensions musculaires, fatigue, troubles du sommeil, circulations, angoisse, anxiété, nervosité, harmonisation émotionnelle, régulation de la ménopause, etc..)

La séance 70€  
Le forfait 4 séances 250€

## Entretien Fleurs de Bach

Les Fleurs de Bach harmonisent vos émotions, libèrent vos croyances, amènent un bien-être corporel et permettent la connaissance de soi. Recommandé pour surmonter une période difficile, apaiser le mental, remonter l'estime de soi, sortir de la colère, de la peur ou d'émotions persistantes, révéler son potentiel, apprivoiser sa solitude.

La séance 70€  
Le forfait 4 séances 250€