



BIENVENIDOS A SANDRINE A. YOGA & MASSAJE WELCOME TO SANDRINE A. YOGA & MASSAGE

MASAJE THAI YOGA | [THAI YOGA MASSAGE](#)

Esta técnica de masaje te ayuda a equilibrar tu cuerpo, tanto física como energéticamente, a la vez que libera la tensión y rigidez acumuladas en tus músculos y tejidos conectivos.

Experimentarás equilibrio y paz en tu cuerpo a medida que alargas tus músculos mediante movimientos de estiramiento profundo similares al yoga y trabajo corporal, con tu ropa puesta. Aplico presión directa o rítmica sobre los músculos (acupresión) para desbloquear las líneas sen (meridianos). Con este masaje, te acuestas sobre una colchoneta acolchada en el suelo mientras con ropa holgada.

This massage technique helps you balance your body, physically and energetically, while releasing tension and tightness held deeply in your muscles and connective tissues. You will experience balance and peace in your body as you lengthen muscles through deep stretching yoga -like movements, and bodywork, with your clothes on.

I apply direct or rhythmic pressure on the muscles (acupressure) to unblock the sen lines (meridians). With this massage, you lie on a padded mat on the floor while wearing loose clothing.

90 min.: 154 Euros

COMBO SESIÓN DE YOGA + MASAJE THAI | [COMBO YOGA + THAI MASSAGE](#)

Disfruta de una sesión privada de yoga y un masaje tailandés para alcanzar un estado de relajación total y reequilibrar tu energía (Yin y Yang). 45 minutos de yoga + 45 minutos de masaje tailandés (una persona por combo).

Receive a private yoga session and a Thai massage at once to reach a complete state of relaxation, and re-balance your flow of energy (Yin and Yang). A 45 minute yoga session + 45 minute Thai massage (one person per combo).

90 min.: 154 Euros

SESIONES DE YOGA | [YOGA SESSIONS](#)

Precio de una clase de 75 minutos | [Price for a 75 min class:](#)

- De 2 a 4 personas | [2 to 4 people](#) 168 Euros
- De 5 a 9 personas | [5 to 9 people](#) 28 Euros adicionales por persona | [extra per person](#)
- Tarifa especial para grupos de 10 personas o más | [Special rate for groups of 10 and over.](#)
- Esterillas de yoga incluidas | [Yoga mats included](#)

Servicios bajo petición | [Services available on request](#)
IVA incluido (21%) | [VAT included \(21%\)](#)