

Coaching sportif

Professeure diplômée d'état, spécialisée en **fitness et danse** depuis plus de 20 ans, je suis là pour vous accompagner afin d'atteindre vos objectifs

*Motivez votre esprit
et le corps suivra !*

1 h 50 € | Sur devis
10 h 450 € | (entreprises, groupes, associations...)

Fitness family : 10 €/famille
dont 1 € reversé à l'association des rêves à Madagascar
Cross Fit : 1h 10 € (par groupe de 8 maximum)

à méditer

- Ne limite pas tes défis, défie tes limites. Auteur Inconnu
- La motivation vous sert de départ. L'habitude vous fait continuer. Jim RYUN
- Le plus grand secret pour le bonheur, c'est d'être bien avec soi. Fontenelle
- Ce n'est pas la force du corps qui compte, mais la force de l'esprit. J.R.R. Tolkien

Journée détente

*Organisons votre journée
Sur mesure !*

- Anniversaire
- Enterrement de vie de jeune fille
- Atelier détente express
- Atelier bien-être
- Journée copines
- Yoga du rire

Tout est possible !

*Découverte
de cosmétiques*

Contacts : kiroffomarieaimee@gmail.com
06 64 94 62 84



COACH
bien-être
forme et beauté

Marie-Aimée
KIROFFO
06 64 94 62 84

Conception graphique : Racine graphik 06 03 98 53 25 © 2021 • Ne pas jeter sur la voie publique

www.coachformmeetbeaute.fr



Coachformmeetbeaute



Marie-Aimée Kiroffo

Les massages

Les soins énergétiques

- **le soin énergétique du visage**

Grâce à la stimulation de points énergétiques sur le visage, décolleté et cuir chevelu, la peau retrouve tout son éclat

- **le massage au bol tibétain**

Le son du bol sur les différents chakras, combiné au massage, vous emmène vers un beau voyage intérieur

- **le massage litho-esthétique**

L'harmonisation des chakras grâce aux pouvoirs magiques des pierres, quand l'âme agit, tout est dit

- **le rituel des 5 sens**

Activons ceux-ci afin d'harmoniser le corps et l'esprit

Les soins ayurvédiques

- **le shirochampi**

Massage de la tête et des épaules, idéal pour évacuer les tensions et le stress de la journée

- **le tuina minceur**

À l'aide de ventouses. Massage manuel par excellence

- **la réflexologie plantaire**

Permet d'éliminer les toxines.

- **le massage à la bougie**

Relaxant, apaisant, nourrissant. Un lâcher-prise grâce à la chaleur réconfortante de la bougie

	1 h	1 h 30
Tous les massages	70 €	90 €
Forfait 6 massages	390 €	480 €
Forfait 12 massages	780 €	960 €

Soins visage

Nettoyage de peau • 40' 45 €

Soin visage personnalisé • 1 h 15' 65 €

Maquillage

Jour 35 €

Soirée 40 €

Mariée (essai offert) 70 €

Manucure

Manucure 35 €

Manucure + pose de french 40 €

Beauté des pieds 35 €

Beauté des pieds + pose de french 42 €

Pose de french 15 €

Forfait bien-être

Gommage corps au choix + massage au choix + soin du visage • 3 h

180 €

Les épilations

Sourcils 10 €

Lèvres 9 €

Aisselles 13 €

Maillot 14 €

Maillot échancré 20 €

Maillot intégral 35 €

1/2 jambes 18 €

Jambes entières 30 €

Bras 18 €

Dos 25 €

Les Forfaits

Sourcils + lèvres 17 €

1/2 jambes + maillot ou aisselles 29 €

1/2 jambes + maillot + aisselles 41 €

1/2 jambes + maillot échancré + aisselles 48 €

1/2 jambes + maillot intégral + aisselles 62 €

Jambes entières + maillot ou aisselles 42 €

Jambes entières + maillot + aisselles 55 €

Jambes entières + maillot échancré + aisselles 60 €

Jambes entières + maillot intégral + aisselles 75 €