



Programmes & Packs de massage

Chez TheraCore, chaque séance va au-delà du simple massage.

Que votre objectif soit de récupérer plus rapidement, de réduire des tensions persistantes ou simplement de retrouver un équilibre physique et mental, je vous propose des massages sur mesure, adaptée à votre corps et à votre rythme de vie.

Découvrez les avantages :

- Programmes Récupération & Performance
- Packs Bien-être & Relaxation

Mon Approche

Chaque séance est adaptée à vos besoins et à vos objectifs, pour des résultats concrets et durables :

- ✓ Évaluation personnalisée avant chaque séance
- ✓ Travail en profondeur et méthodes ciblées
- ✓ Suivi de votre évolution et adaptation aux besoins

Programmes Récupération & Performance

Optimisez votre récupération, réduisez les tensions musculaires et améliorez vos performances grâce à un suivi ciblé. Le programmes Récupération et performance sont destinés à tout le monde qui pratique régulièrement du sport et qui aimerait améliorer votre potentiel physique tout en prévenant les blessures et en favorisant

une récupération plus rapide et efficace. Grâce à des techniques de massage adaptées à votre discipline et à votre intensité d'entraînement, ces programmes vous aident à retrouver mobilité, souplesse et équilibre musculaire, pour performer durablement et en toute sécurité.

Programme Recovery – 3 séances à 60min pour 360CHF

Idéal après un effort intense ou une reprise sportive :

- ✓ Accélération de la récupération musculaire
- ✓ Diminution des tensions et courbatures
- ✓ Retour plus rapide à la performance

Programme Performance – 5 séances à 60min pour 560CHF

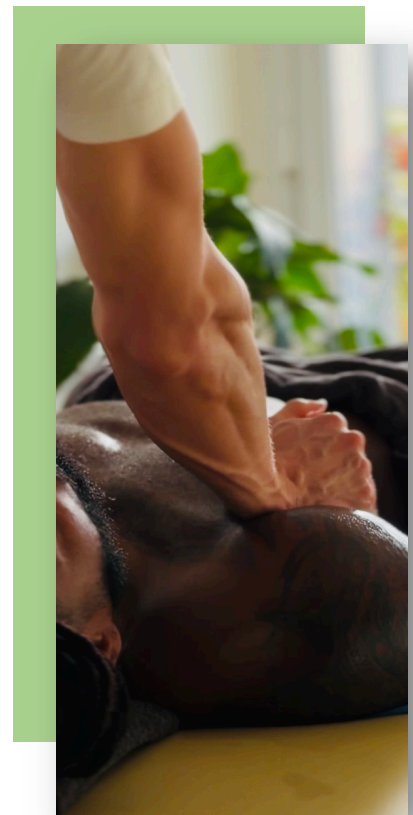
Le choix recommandé pour les sportifs réguliers :

- ✓ Suivi personnalisé
- ✓ Récupération rapide et prévention des blessures
- ✓ Amélioration de la mobilité

Programme Intensif – 10 séances à 60min pour 980CHF

Pour un travail en profondeur et des résultats durables :

- ✓ Plan de traitement structuré et évolutif
- ✓ Diminution de douleurs et contraintes liées à l'activité sportive (également en cas de douleurs chroniques)
- ✓ Optimisation globale du corps et de la mobilité



Les massages du programme Récupération & Performance comprennent les traitements suivants :

- Massage sportif et des tissus profonds
- Ventouses (Cupping)

Packs Bien-être & Relaxation

Prenez du temps pour vous, relâchez le stress et retrouvez un équilibre global. Découvrez mes massages classiques et bien-être, pensés pour apaiser le corps et l'esprit, libérer les tensions

accumulées et offrir un véritable moment de détente profonde. Offrez-vous une pause pour retrouver sérénité, énergie et bien-être au quotidien.

Pack Relax Essentiel – 3 séances à 60min pour 300CHF

Idéal pour découvrir les bienfaits des massages classiques et bien-être :

- ✓ Détente physique et mentale
- ✓ Relâchement des tensions musculaires

Pack Relax Plus – 5 séances à 60min pour 460CHF

Parfait pour instaurer une routine bien-être et maintenir un équilibre entre corps et esprit, tout en prévenant les tensions liées au stress et au rythme de vie :

- ✓ Réduction du stress
- ✓ Diminution des tensions et douleurs musculaires
- ✓ Amélioration du sommeil

Les massages des Packs Bien-être & Relaxation comprennent les traitements suivants :

- Massage suédois
- Massage aromathérapique
- Massage aux pierres chaudes





Conditions de vente et validité

- Offres non remboursables
- Validité : 6 mois pour les packs/programmes de 3 et 5 séances, 12 mois pour les programmes de 10 séances, à compter de la date d'achat.
- Les séances non utilisées après expiration ne sont ni reportables ni remboursables.
- Les packs sont personnels et non transférables

Veillez également prendre connaissance des conditions générales de vente sur theracore.ch.