



Healing Spa

le spa de Christophe Marchesseau à Saint-Barth



Sa réputation n'est plus à faire tant son art du bien-être, des soins, des massages et des pratiques douces de remise en forme est reconnu et s'impose comme une référence. Son Healing Spa ouvert à Saint-Barth en 2007 dans la très belle Cour Vendôme au cœur de Gustavia vous attend. C'est une expérience à vivre au moins une fois dans sa vie !

Se ressourcer dans les Caraïbes sur la merveilleuse île de Saint-Barthélémy est déjà en soi une expérience. Alors, quand de surcroît vous pouvez y vivre une véritable « cure » sur-mesure avec un professionnel qui exerce depuis plus de trente ans les médecines douces et pratique le yoga, apportant à son soin une véritable approche holistique, allez donc les yeux fermés vous faire masser et chouchouter par celui qui a été couronné « Meilleures mains de France » en 2011 pour son massage « Signature ».

« L'essentiel du soin, c'est la main. L'essentiel du soin, c'est l'humain. »

C'est le mantra que ne cesse de marteler Christophe Marchesseau. Masseur-kinésithérapeute et ostéopathe de formation, il aime rappeler que sa « vision holistique permet à notre corps et notre esprit de retrouver un équilibre naturel par le biais de l'art du massage, des soins visage et corps, de l'acupuncture, des exercices posturaux, des sessions de yoga privées et de développement personnel ».

C'est avec son massage Signature que ce réel artiste du bien-être a bâti sa notoriété internationale. Ainsi, il a apporté voici trente ans une vision avant-gardiste en intégrant la massokinésithérapie et l'ostéopathie

dans l'univers du spa et du wellness. Bien plus qu'un simple massage, le massage Signature est un soin holistique qui dialogue avec les structures biomécaniques, énergétiques et spirituelles de notre corps.

Les autres massages sont tout aussi surprenants. Pour vous relaxer, vous pouvez choisir le massage Suédois qui soulage les tensions musculaires et stimule le drainage du corps. Pour plus de profondeur et pour soulager des douleurs chroniques, le Deep Tissue Massage utilise des mobilisations, des étirements et un travail sur les fascias permettant aux muscles de se relâcher plus aisément. Parce que les douleurs ont aussi une cause émotionnelle, le Metameric massage est basé sur des techniques

spécifiques agissant sur le système nerveux périphérique. Il s'agit d'un soin personnalisé, mêlant palper-rouler, massage intuitif profond et réflexologie plantaire. Intégrer la médecine douce dans les massages est la marque de fabrique de Christophe qui, dans son Healing Massage, combine les bienfaits de l'acupuncture à un massage profond relaxant afin de rééquilibrer votre énergie vitale, éliminer les douleurs physiques et booster vos défenses immunitaires.

Ostéopathie et traitement postural

Cet ostéopathe revisite même le Traitement général ostéopathique (T.G.O.) en ajoutant les techniques contemporaines de l'ostéopathie dans les domaines crânio-sacré,



viscéral et tissulaire. Il prend en charge la personne dans sa globalité à travers des techniques de respirations issues du yoga.

Christophe est aussi l'un des rares à pratiquer la gyrokinesis, une pratique créée aux États-Unis dans les années 1980 par Juliu Horvath, ex-danseur classique. Méthode d'assouplissement musculaire et de renforcement neuromusculaire, comprenant des exercices exécutés sur tabouret, au sol et debout, elle s'adresse à tout le corps en ouvrant des voies énergétiques, stimulant le système nerveux, augmentant l'amplitude des mouvements et créant une force fonctionnelle grâce à des séquences de mouvements rythmiques et fluides. Son pendant, le gyrotonique, est une pratique qui étire et renforce les muscles et les ligaments, relâche et assouplit les articulations, mobilise et stabilise la colonne vertébrale. Cette approche holistique de la « rééducation » corporelle est parfaite pour les seniors et pour ceux qui souffrent du dos et de raideurs articulaires.

Acupuncture et réflexologie pour harmoniser corps et esprit

En réflexologie, nous connaissons principalement la réflexologie plantaire. Mais connaissons-nous la réflexologie crânio-faciale qui dynamise l'organisme, harmonise les fonctions vitales, libère le stress et les tensions nerveuses pour une détente et une relaxation absolues ? À tester, et même

à compléter avec un lâcher-prise à travers une séance d'acupuncture, laquelle pourra agir sur une douleur quelconque et restaurer l'équilibre du corps en influençant les systèmes endocriniens et nerveux.

Un instant beauté avec le soin Facial

Là encore, c'est une vision globale de la santé de la peau que propose Christophe avec le soin Facial. Le soin démarre par un massage du dos, du visage, du cou, de la cage thoracique et du diaphragme pour relâcher les tensions profondes qui nuisent à la bonne circulation vasculaire. Puis s'ensuit le nettoyage de la peau afin de retrouver éclat, luminosité et tonicité.

Detox & Harmonie : le soin complet

Ce soin complet se décline en quatre étapes, en commençant par un gommage visage et corps pour éliminer les cellules mortes et favoriser le renouvellement cellulaire. Au hammam, la chaleur et l'humidité ouvriront les pores de la peau pour en éliminer les impuretés et les toxines, avant d'alterner chaud/froid avec la Fontaine de glace qui va elle, fortifier la paroi des capillaires sanguins et raffermir la peau. Puis le fameux Massage Signature visage et corps complétera la séance !

Respirer avec la méthode Mota

Coaching, PNL, hypnothérapie et respiration : voilà une technique hybride de mieux-être mise au point par

Sandro Mota qui a créé un style de respiration puissant et révolutionnaire appelé la méthode MOTA.

Considérée comme une thérapie de guérison, les techniques scientifiques y rencontrent ici la spiritualité. Comme l'explique Christophe, « les ateliers de respiration de Sandro Mota sont une invitation à se connecter avec sa ressource la plus précieuse et la plus sous-utilisée : la respiration. Un outil simple, omniprésent et sacré qui peut être utilisé pour apporter équilibre et harmonie au quotidien. Une expérience de deux heures qui change la vie. »



Infos pratiques

Marchesseau Healing Spa

Tél : +590 590 294 810

info@marchesseau.life

christophemarchesseau.com

Les soins se font au spa, dans votre hôtel, villa ou yacht.