

My

M Yourself Bien-être

Prestations de massages

RÉGION DE MONTPELLIER



M Yourself
Bien-être
contact : 07 85 47 35 50

M Yourself Bien-être - 136 rue Giné 34690 Fabrègues -
<https://myourselfbienetre.com> - RCS Montpellier 894 414 564 00019



M Yourself Bien-être

Massage, coiffure et manucure à domicile

Région de Montpellier

Sommaire

A propos	3
Les massages	4
• Notre spécialité : le massage sportif Deep Tissue	5
La coiffure	6
Les Tresses	7
La prothésie onguulaire	8
Les tarifs	9

M Yourself Bien-être

Massage, coiffure et manucure à domicile

Région de Montpellier

Au commencement...

Tout à commencé avec une passion pour l'esthétique et la coiffure... Je ne pouvais pas choisir... alors pourquoi m'arrêter à un métier ?

De coiffeuse, à esthéticienne, il n'y a qu'un pas...

Puis une formation en entraînant une autre une nouvelle passion est arrivée :

Les massages ! et surtout le massage Deep Tissue.



Mais l'esthétique c'est aussi la manucure et la prothésie onguulaire.

Aussi, après avoir travaillé au sein d'établissements hôteliers de luxe, et de SPA thermal j'ai décidé de faire découvrir mon univers,

et M Yourself est née !



Les massages

selon M Yourself Bien-être



« Prendre soin de son corps, c'est donner envie à son âme d'y rester »

Une pause, une heure, un moment...

M Yourself Bien-être est présent, à vos côtés, dans ces moments où la pause bien-être est naturelle et nécessaire.

Notre gamme de massages

UNE REPRISE EN DOUCEUR

Le massage sportif
Deep Tissue

- Apaise les tensions musculaires
- Facilite la récupération
- Procure oxygénation et élasticité aux muscles

M Yourself
contact : 07 85 47 35 50

**Le massage Polynésien
Lomi-Lomi**

Le massage Balinais

**Le massage future ou
jeune maman**

My Votre moment d'apaisement assuré

**LE MASSAGE
CALIFORNIEN**

**Les bienfaits du
massage personnalisé**

Massages détente,
Sportifs
ou sur mesure.

M Yourself
contact : 07 85 47 35 50



My

M Yourself Bien-être

Nous prendrons soin de vous



My
Le Massage
sportif
Deep-tissue

DÉTENTE



RÉCUPÉRATION



myyourselfbienetre.com



Photo de M Yourself Bien-être en 2023

Le massage sportif Deep Tissue

Le massage qui nous tient à coeur

Formée en 2019 par une SPA praticienne mains d'or, ce massage profond reste notre préféré.

Notre massage Deep Tissue évolue sans cesse avec les enseignements techniques et les conseils de nos kinés et ostéo partenaires.

Notre clientèle ? Des boxeurs, volleyeurs, rugbyman, footballeuses...

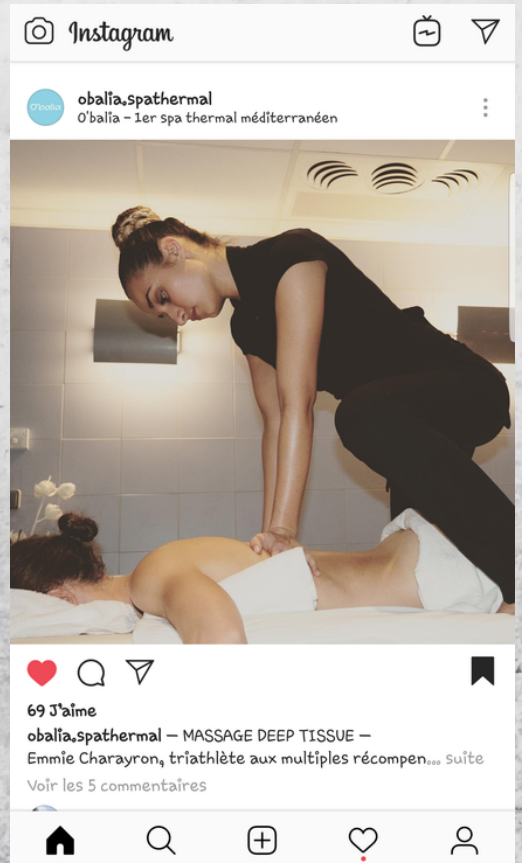


Photo d'Instagram datant de 2019



LA COIFFURE

selon M Yourself Bien-être



La coiffure : notre premier coup de cœur !

Depuis je me suis spécialisée dans les massages et la manucure mais la coiffure reste encreée dans mes gènes ! Je suis coiffeuse diplômée et surtout je continue sans cesse de me former aux différentes techniques de coiffure.

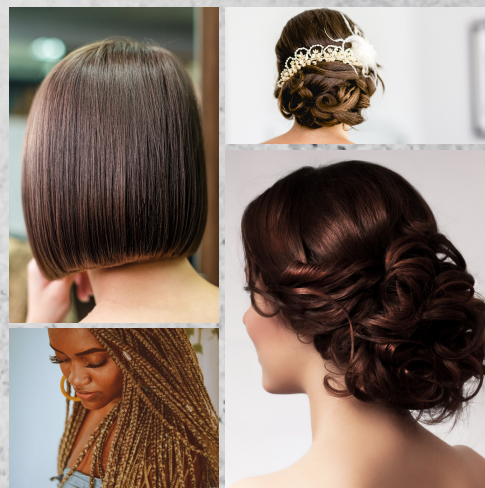
Ma dernière formation ? Les tresses !

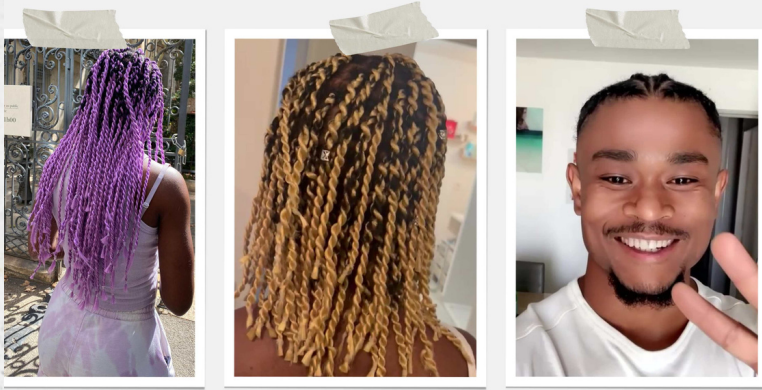
Les formations de coiffure n'abordent malheureusement pas les techniques de coiffage des cheveux frisés et crépus.

Aussi, depuis bientôt presque deux ans, je me perfectionne et élargie mon univers avec les tresses, braids,

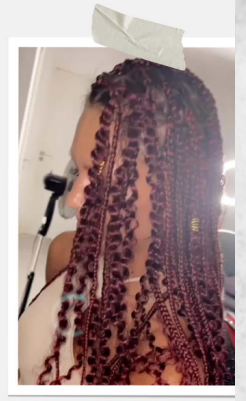
Les prestations de coiffure

- Les coupes,
- Les brushings
- Les couleurs
- Les décolorations
- Les chignons
- Les tresses simples
- Les tresses plaquées
- Les tresses plaquées avec extensions
- Les Vanilles
- Les Braids





LES TRESSSES



Selon M Yourself Bien-être

Peu importe la couleur ou la texture de vos cheveux, nous sommes formés aux cheveux lisses ou crépus.



Jusqu'au bout des ongles



My

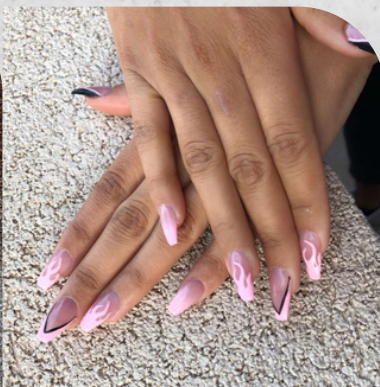
La manucure ou
pédicure express
ou complète

My

La pose de
Gel

My

Le vernis
semi-permanent



My

M Yourself Bien-être

Nous prendrons soin de vous

myourselfbienetre.com





Nos soins visage

Nos soins visage s'adaptent à vos besoins et se déclinent sur plusieurs durées :

Le soin express : 30 minutes

Nettoyage de la peau, gommage, masque, crème de jour.

Le soin complet : 60 minutes

Nettoyage de la peau, gommage, massage du visage, masque, crème de jour.

Le soin évasion : 90 minutes

Nettoyage de la peau, gommage, massage du visage et cuir chevelu, masque visage, massage des mains et des pieds, crème de jour.

Le soin visage Kobido : 120 minutes :

Nettoyage de peau, gommage, massage Kobido, masque, massage des mains et des pieds, crème de jour.



My

M Yourself Bien-être

Nous prendrons soin de vous

myyourselfbienetre.com

