



LE SPA DE LA FARE
UN ÉCRIN DE DOUCEUR

Le massage aux pierres chaudes



D'origine amérindienne et hawaïenne, le massage aux pierres chaudes ou « stone therapy » est une technique de massage utilisant des pierres de basalte d'origine volcanique. Ces pierres, une fois chauffées, procurent une sensation de bien-être et ont différentes vertus thérapeutiques.

Le pouvoir des pierres de basalte

Les pierres de basaltes sont de véritables **pierres volcaniques** composées de lave pure. Elles sont très lisses, contiennent un taux de fer élevé et emmagasinent la chaleur pour une durée allant jusqu'à 45 minutes.

Pour les réchauffer, les pierres de massage sont plongées dans de l'eau dont la température varie **entre 50 et 65 degrés**. Les pierres chaudes sont ensuite posées sur les points sensibles voire douloureux du corps tels que le ventre, le dos, les mains, les pieds et le front. La chaleur irradie le corps et permet de se relaxer totalement.

