



Un véritable lieu de vie dédié au Yoga & au bien-être Satnam Club

Plus qu'une immersion dans une bulle de sérénité, c'est LA rencontre avec soi et surtout celle avec la fondatrice de ce lieu de vie, qui vous fait du bien. Voix apaisante, posture bienveillante, Séverine a imaginé un espace généreux dans lequel plane une atmosphère chaleureuse.

Éléments naturels de décoration et touches de couleurs nuancées prennent discrètement place au sein de ce paradis perdu à la dimension humaine. Un escalier en pierre vous invite à accéder à des salles de pratiques où le temps semble être suspendu pour goûter à une plénitude profonde.

Les massages globaux ou plus ciblés se veulent puissants et détoxifiants pour un résultat optimal. Dispensés par une équipe à l'énergie contagieuse, les disciplines distinctes harmonisent le corps et l'esprit en respectant les besoins et les envies de chacun.

Spirituel ou corporel, le yoga se décline sous diverses formes : Hatha, Ashtanga, Kundalini, Fly yoga, Alignements ...promettent une bonne santé physique et mentale. Selon votre objectif, optez pour la méthode Pilates ou la barre au sol afin de tonifier et sculpter votre corps. Vivez un moment complice avec votre enfant grâce à des séances de yoga spécialement conçues pour les plus jeunes.

Se restaurer en se faisant du bien est possible avec la cantine Healthy qui propose des menus sains supervisés par la nutritionniste du lieu. Le concept-store fait la part belle à de jolies tenues seconde peau pour être à l'aise dans toutes les postures mais également à des bijoux aux effets bénéfiques.



Satnam Club
28 rue Vital-Carles
33000 Bordeaux
Tél. : 05 57 60 20 95
www.satnam-club.com

La beauté naturelle Océopin

Imaginée et fabriquée avec amour à Cap Ferret, la ligne de soins bio Océopin puise tous ses bienfaits dans la végétation du littoral atlantique : pin maritime, mimosa, immortelle des dunes, oyat, chardon bleu... Récoltée dans les forêts du Bassin d'Arcachon et des Landes, son actif phare - l'huile de graines de pin maritime - est une surdouée de la cosmétique. Elle apaise les rougeurs, repulpe et répare, corrige les rides et les taches brunes. Tout cela avec un velouté tout en délicatesse et une fragrance très subtile.



Convaincue que pour avoir une belle peau, il suffit de quelques produits de soins indispensables au quotidien qui deviendront vos nouveaux classiques, la maison Océopin sélectionne les plus beaux ingrédients bio dans sa gamme courte et essentielle adaptée aux peaux sensibles. Sa crème visage anti-âge éclat vient de remporter le Trophée de l'Excellence Cosmétique bio. Une superbe récompense pour une marque familiale qui privilégie la nature et l'excellence depuis ses débuts. Dans ses élégants flacons, c'est toute la fraîcheur et l'énergie du bord de mer qui s'unit pour lisser, raffermir et ressourcer naturellement la peau.



Océopin
Bordeaux - Cap Ferret
Tél : 05 56 41 70 05
www.oceopin.com (Eshop)