

le temps d'un souffle

— Bar à sieste —

Le Temps d'un Souffle

22 rue Creton 80000 AMIENS
03 22 46 33 74

contact@letempsdunsouffle.fr

www.letempsdunsouffle.fr

Nos horaires :

lun - sam : 11H00 - 19H00
ou sur rendez-vous



Nos Fauteuils

Pourquoi la Sieste ?

Le mot **SIESTE** vient du latin "sixta" qui signifie "la sixième heure du jour".

La sieste désigne ainsi le sommeil pris en milieu de journée, vers la sixième heure du jour, mais aussi, plus généralement, toute forme de repos (avec ou sans endormissement) pris en cours de journée par opposition au sommeil de la nuit.

La vie étant une succession de périodes de repos et d'activité, il est essentiel d'organiser correctement ces alternances pour vivre heureux, en bonne santé et rester au maximum de ses possibilités.

Une sieste par jour, c'est obéir à nos rythmes biologiques fondamentaux, pour une santé optimale et un mode de vie sain et naturel.

Nos formules massage 3D

20 minutes	18,00 €
30 minutes	25,00 €
45 minutes	35,00 €
60 minutes	45,00 €



Fauteuil de massage moderne et complet. Traite la fatigue de manière efficace grâce à ses 8 programmes de massages intégrés.



Pause Repas

Prendre son repas en toute zenitude

Les repas peuvent être des moments de ressourcement dont on peut ressortir frais, dispo et reposé. De plus, ce moment de calme va être favorable à une bonne assimilation.

Nos tarifs

Thé, café, café noisette, chocolat	1,50 €
Thé "Dégustation"	2,30 €
Boisson Soft	1,50 €
Yaourt de ferme aux fruits	2,70 €
Plat chaud + boisson	12,00 €

Nos formules «repas»

Formule «Sympa»	19,90 €
-----------------	-------	---------

(Plat «Sympa», Yaourt nature, Boisson «Soft», Boisson chaude, massage 3D de 15 min)

