

Fosse de plongée de Boussy (by Christophe)

Découvrez un univers unique sous l'eau. Bienvenue à la fosse de plongée de Boussy-Saint-Antoine, un lieu d'exception en Ile de France pour les amateurs de sensations subaquatiques et les curieux en quête de nouvelles expériences. Notre fosse de plongée, dotée d'un système d'ascenseur innovant, permettant de régler la profondeur de manière précise. Que vous souhaitiez plonger à 5, 10 ou 12 mètres, notre technologie innovante vous offre une flexibilité inégalée pour explorer les différentes strates subaquatiques.

<https://piscinedessenarts.fr/espace-1372-plongee.html>

Centre de plongée : **ZEN & O - BATHYSMED** . L'alliance parfaite du centre de thérapie et du centre de plongée (by Vanessa)

Vous saviez déjà que la plongée nous fait du bien... Mais savez-vous pourquoi ?

Spécialiste du bien-être en plongée depuis 10 ans . Des cours de plongée à l'organisation de séjours pour **se reconnecter à soi-même**, se sentir mieux ou juste se faire plaisir, j'utilise non seulement l'eau et ses nombreux pouvoirs mais aussi la plongée, l'apnée, la danse et la photo aquatique pour reconnecter corps et esprit . Que vous alliez bien, viviez un moment difficile ou ayez besoin de re-vivre suite à un choc, la plongée bien-être associée aux bienfaits de l'hypnose, la sophrologie et la méditation seront vos alliés pour découvrir de nouvelles sensations et vous libérer de poids émotionnels trop importants.

Partenaire du magasin "AU VIEUX CAMPEUR" à Thonon, de la fosse de plongée NEMO33 Genève à Chêne en Semine et des croisières SEA BASE Egypte à travers la mise en place des **croisières BIEN-ETRE**, je serai ravie de vous rencontrer pour vivre nos passions communes .

Nous pouvons aussi nous retrouver lors de l'organisation de **séjours retraite plongée BIEN-ETRE** en milieu naturel, en France, en Egypte au Maroc et à la Réunion et en Suisse ou de mes initiations et formations **SSI, ANMP et BATHYSMED**

Et si on faisait connaissance sur mon site ? <https://zen-et-o.fr/>

BLUEHEALTH-MED (by Olivier)

La mer, l'eau, ressources de bien-être

Tous les plongeurs le disent : « la plongée, ça fait du bien ». **Relaxation, détente, sentiment de liberté, de légèreté, bien-être, évasion** sont les mots des plongeurs quand ils sortent de l'eau. La plongée agit sur nous comme un véritable **remède anti-stress**.

De récentes études scientifiques ont montré que la plongée selon le protocole Bathysmed® est efficace pour améliorer la vie de patients atteints de pathologies liées au stress (stress post-traumatique).

Venez faire une pause bien-être, vous apaiser, réduire les impacts du stress sur votre vie et votre santé.

Venez découvrir la plongée Zen Santé Bien-Être. Nous parlerons de Sophrologie, de méditation et de Yoga en plongée 😊 et si vous participez au **tirage au sort**, vous gagnerez peut-être une plongée **découverte Bathysmed®**. Un tirage par jour de salon.

Olivier BILLET, Ph.D., éducateur sportif de plongée subaquatique (DEJEPS), moniteur fédéral de plongée (MF1 FFESSM), moniteur Bathysmed 2°, moniteur sport santé des activités subaquatiques (FFESSM).

<https://www.bluehealth-med.fr>