

SHIATSU

ÉQUILIBRE / ÉNERGIE / BIEN-ÊTRE



SHIATSU

- Shi-Atsu : pression des doigts
- Pratique manuelle japonaise basée sur la Médecine Traditionnelle Chinoise
- Pressions sur les trajets énergétiques (mériadiens) pour harmoniser la circulation énergétique dans tout le corps
- Rétablit l'équilibre naturel entre le corps et l'esprit
- Stimule le pouvoir naturel d'auto-guérison



POUR QUI

- Convient à tout âge
- Convient à toute personne



OÙ au LUXEMBOURG !

- au travail
- en collectivité
- lors d'un évènement
- en cabinet



PRATIQUE

- au sol sur un matelas confortable
- habillé dans une tenue souple



BENEFICES

- Dénoue les tensions physiques et émotionnelles
- Aide à la gestion du stress
- Améliore la qualité du sommeil
- Stimule et renforce le système immunitaire
- Améliore la souplesse des tissus
- Favorise la circulation des liquides (sang, lymphes, etc...)
- Améliore la concentration, la créativité
- Facilite la communication
- Harmonise le corps et le mental
- Réduit la fatigue
- Résorbe les gênes musculaires et articulaires
- Améliore la qualité de vie
- etc...

INFORMATIONS ET DEMANDES

par mail à shiatsu.shen.asbl@gmail.com

Le shiatsu ne peut se substituer à un traitement ou une prescription médicale