

**Dans votre
entreprise en
intervention régulière
ou ponctuelle!**

MODALITES

*Le shiatsu se pratique habillé,
sur tatami.*

Stéphanie, votre praticienne
en shiatsu, intervient au sein
de votre entreprise!

LES FORMULES SHIATSU SUR TATAMI

• **Séance Harmonie :**
durée 25 mn

Selon votre choix 25mn sur le
dos (travail au niveau du Hara
(ventre), des bras, jambes et/ou
du visage) ou sur le ventre
(travail au niveau du dos, des
bras, et des jambes).

• **Séance Zen :**
durée 55 mn

Travail d'harmonisation général
afin de réguler la circulation
énergétique, environ (suivant les
tensions décelées) 30 mn sur le
ventre puis 30mn sur le dos.

La séance sera personnalisable
selon vos besoins !

DEVIS SUR DEMANDE

AU 06 62 33 81 45

Massage de bien-être et de confort non

Détente

Bien-être

Productivité

Harmonie

Anti-stress

Vitalité

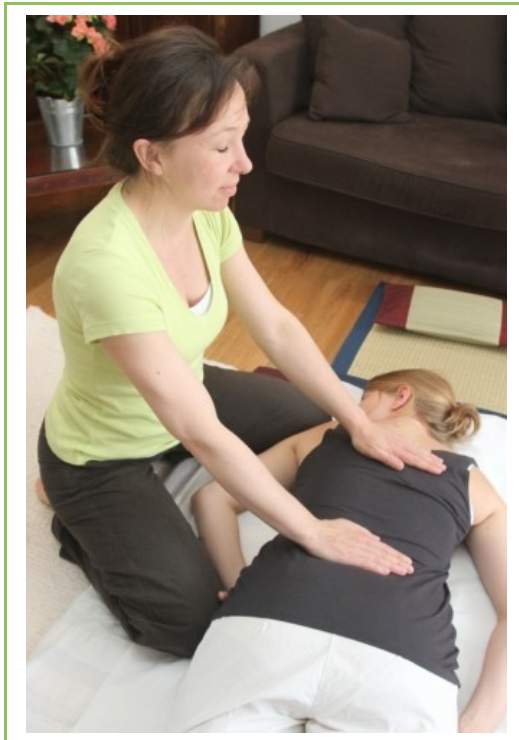
Efficacité

Performance

Adaptation

Bulles d'harmonie®,
spécialisée en entretien corporel & gestion du stress, vous présente

LE SHIATSU



Qu'est-ce que le Shiatsu ?

指 圧, shiatsu,
signifie « pression des doigts »

Issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise,
le shiatsu consiste à appliquer des
pressions adéquates des doigts sur la
surface du corps afin d'équilibrer la
circulation de l'énergie. Il est une méthode
naturelle de **prévention**, protectrice et
régénératrice renforçant notre force vitale
naturelle et notre **santé**.

En agissant sur les blocages énergétiques,
le shiatsu augmente les capacités de
notre **système immunitaire** et agit
autant sur les douleurs physiques : **les
maux de dos**, les problèmes digestifs, les
douleurs articulaires, les maux de tête...,
que psychiques et émotionnelles : **le stress**,
l'anxiété, la nervosité, les troubles du
sommeil, la fatigue...

- Pratique, il s'exerce **habillé**;
- Efficace, il **stimule** des points
d'acupression, et procure à la
fois **détente et vitalité** ;
- **Anti-stress**, le shiatsu soulage
notamment les tensions
musculaires liées aux mauvaises
postures de travail.

Des **séances de shiatsu
régulières** vont permettre à
votre corps de libérer ses
facultés d'auto-guérison : en
agissant sur les méridiens
d'acupuncture nous
favoriserons la libre circulation
de votre énergie !
Ainsi ces soins agiront en
prévention évitant
d'éventuelles stagnations
d'énergies propices aux
maladies.

**Le shiatsu est l'une des 8
approches alternatives
nommées « médecine non
conventionnelle digne
d'intérêt » par une résolution
du Parlement européen votée
le 29 mai 1997.**

