

SEANCE DE SHIATSU SUR CHAISE



QU'EST-CE QUE LE SHIATSU ASSIS

Le shiatsu sur chaise est une technique spécifique de massage de relaxation qui tient compte de la respiration de la personne. Il se pratique sur chaise ergonomique sur personne habillée et permet d'apporter détente et lâcher-prise. Il travaille l'ensemble du dos, les membres supérieurs, la nuque, le crâne et le visage.

Durée du massage: 15 à 20mn

Cette pratique ouvre la voie à de nombreux bienfaits comme :

Une relaxation profonde des muscles

Un bien-être intérieur total

Un effet d'apaisement et de détente

L'évacuation du stress et de la fatigue

Le shiatsu sur chaise n'est pas un acte médical

