

Relaxation Musculaire



Tarif
150 €

10 & 11 juin 2016 – Albertville

La **relaxation musculaire** est en fait une autre forme de *shiatsu* « *tendino-musculaire* » qui va vous permettre d'apporter une dimension énergétique à votre pratique tout en étant efficace au niveau de la **détente des muscles, du corps et du Shen, l'esprit**. La relaxation musculaire sert aux sportifs ou à toutes personnes sous tensions qu'elles soient tant physiques que psychiques.

Une musculature contractée que ce soit par le stress ou encore un refroidissement, comprime les nerfs et les vaisseaux sanguins ainsi que les vaisseaux lymphatiques et de ce fait amenuise le système de défense immunitaire de la personne.

La relaxation musculaire va faciliter le fonctionnement harmonieux du corps et du système nerveux et également améliorer la circulation sanguine et lymphatique. Le système immunitaire est alors renforcé et l'organisme peut se défendre des énergies perverses extérieures et donc relancer Wei Qi.

Venez découvrir une Relaxation Harmonieuse !

Inscrivez-vous au 06.32.26.35.38 ou par mail abiessavoie@outlook.fr

