

DEBLOCAGE MUSCULAIRES

Je commence toujours la séance par une prise de contact avec votre peau, je ressens et vois les diverses tensions et nœuds musculaires.

Ces tensions surviennent autant peuvent être physiques et émotionnelles.

Je travaille essentiellement sur les muscles (comme les ostéopathes sur les os).

Par des mouvements profonds, rapides et précis en directions des muscles, je leurs redonne souplesse et ainsi libère les tensions sans TORSIONS ou MANIPULATIONS.

Je m'occupe des torticolis, du dos, du nerf sciatique, du tunnel carpien, des bras, des genoux et des pieds pour la réflexologie.

MASSAGES AUX PIERRES CHAUDES

Le massage aux pierres chaudes est un voyage d'où l'on revient apaisé et rechargé énergétiquement. Très rapidement le corps est baigné d'une chaleur saine et reposante. De composition ferrugineuse, les pierres en basalte (pierres volcaniques améliorent la circulation sanguine et détendent les muscles et l'esprit).

Dès la première séance, ce massage procure un sentiment profond de détente et d'harmonie, relaxe les muscles en profondeur, favorise l'oxygénation des tissus, aide à lutter contre le stress et la fatigue.

Augmente le métabolisme cellulaire, stimule les fonctions lymphatiques (élimination des toxines) génère une sensation de bien-être qui se prolonge bien après la séance.

L'action des pierres chaudes procure les bienfaits d'un mini sauna associé à un massage drainant , détoxifiant et relaxant.

MASSAGES RELAXANTSET SPORTIFS

C'est un bon moyen de reprendre contact avec soi m'aime. Un bon massage détend les muscles, la peau, relance la circulation sanguine, les lymphes et relâche les tissus.

Il influence les centres énergétiques, élimine les tensions nerveuses, à retrouver une meilleure harmonie avec vous M'AIME sur le plan psychique et physique.

MASSAGES AUX VENTOUSES THERAPEUTIQUES

En 2010, j'ai suivi une formation pour les poses de ventouses thérapeutiques chinoises, Cette méthode était connue par nos aînés, il y a des décennies, pour l'application des ventouses pour les problèmes pulmonaires.

INDICATIONS:

Toux, bronchite, lombagos, entorses, sciatique, dépression, cellulite, migraines, tensions de nuque et trapèzes.

Avant la pose des ventouses je masse, prends contact avec les tensions, les nœuds, ainsi qu'après la pose des ventouses je refais un massage manuel pour ressentir la libération ces tensions

La pose dure entre 5 et 20 minutes suivant l'endroit du corps, de l'inflammation, du métabolisme de la personne.

Lors des premières applications, il peut y avoir des marques (hématomes) allant du bleu, jaune, rouge , violet, suivant l'inflammation, ces marques restent plusieurs jours lors des premières séance.

Une approche différente avec la ventouse (baladeuse) qui comme son nom l'indique, elle n'est pas posée sur divers endroit, mais se balade sur le corps en refaisant circuler la lymphe, le sang, procure de la chaleur et de temps en temps des démangeaisons car ce massage refait circuler ce qui est sous tensions.