Qu'est-ce que le Shiatsu?



Le Shiatsu est une technique de soins d'origine japonaise basée sur les principes de la médecine tradionnelle chinoise.

Il régule et harmonise l'énergie qui circule dans le corps et les organes à travers le réseau des méridiens d'acupunture.

Il est reconnu depuis 1955 par le Ministère japonais de la Santé comme une médecine à part entière.

Il est apparu en France dans les années 1960/1970.

Sur rendez-vous



Shiatsu (Séance d'environ une heure) 60€

Myriam CORRADO



www·shiatsu78·com





06 11 14 69 27



Maurepas Village





Comment se déroule une séance?



Le Shiatsu se pratique traditionnellement au sol, au travers des vêtements. La séance dure en moyenne 1 heure.

Le Shiatsu consiste en un enchaînement de pressions le long des méridiens où circule l'énergie.

Les méridiens relient entre eux tous les organes et toutes les fonctions du corps. Les pressions sont exercées principalement par les pouces du praticien.

Il s'agit de traiter le corps dans sa globalité pour obtenir une harmonisation physique, mentale et émotionnelle.

Quels en sont les bienfaits?



C'est une pratique qui vise à rétablir la circulation de l'énergie vitale dans tout le corps et renforce le processus d'autoguérison.

Indications courantes

Convalescence

Stress

Soutien à la fertilité

Suivi de grossesse, postpartum

Troubles de la ménopause

Troubles digestifs

Troubles du sommeil

Accompagnement à la chimiothérapie

Lombalgies, sciatiques, douleurs

Préparation aux examens

Gestion des émotions, dépression

Soutien lors de périodes charnières

(Deuil, traitements médicamenteux lourds, etc.)

Vertiges

Acouphènes

Hypertension, hypotension

Fatigue

Prendre soin de soi (Entretenir et fortifier son énergie vitale)

Endométriose