

AU SUJET DU BIEN-ÊTRE...

Vous pouvez être mis en condition de bien-être et de sérénité grâce à une technique de massage assis nommée «*Amma*», méthode basée sur l'art traditionnel japonais. Le terme «*Amma*» veut dire «calmer avec les mains». Cette technique est vieille de plus de 1300 ans.

Assis sur une chaise spéciale très confortable, tout en restant vêtu, le sujet reçoit ce traitement qui dure environ 15 minutes.

La tête, la nuque, les épaules, le dos, les hanches, les bras, les mains et les doigts sont stimulés au moyen de plusieurs gestes, dont l'ensemble est nommé «*kata* » en japonais. Les centres d'énergie situés sur le long des méridiens font l'objet d'une stimulation. Ce massage permet d'aider à éliminer la fatigue et bien des tensions musculaires.

Je dispense ce massage assis sur demande; j'ai acquis une formation me permettant de vous proposer ce moment de bien-être, au moyen de cette chaise spécialement conçue pour offrir le maximum de confort durant la séance.



Stéphane Aubert
+ 41 79 327 76 00