

## **MASSAGE SHIATSU:** (sur rendez vous uniquement)

Le PARC DE LA DRANSE vous propose des prestations de massage bien être sur place.  
Nous avons aménagé un cottage adapté à la pratique des messages, avec une ambiance apaisante, un WC et une salle de bain avec douche italienne et lavabo.  
Vous pourrez aussi prolonger votre relaxation sur la terrasse du cottage, dans un des bains de soleil mis à disposition.

Pour cette prestation, nous faisons appel à une praticienne diplômée en SHIATSU (littéralement « pression des doigts »)

Le SHIATSU est une technique manuelle énergétique japonaise, dont le principe est d'harmoniser l'énergie vitale (le « QI »)  
Le SHIATSU s'effectue par une succession de pressions exercée avec les pouces et les paumes de mains sur les méridiens et les points d'acupuncture.

La séance dure 50 minutes, sa pratique au sol sur un futon.

Il s'inscrit dans la tradition orientale de prévention des maladies et du bon entretien de la santé :

- Permet de libérer les tensions physiques et psychologiques
- Aide à la récupération physique après le sport
- Améliore le sommeil
- Tonifie le corps et le revitalise après une grosse fatigue ou un burn-out
- Soulage divers troubles digestifs

Autre possibilité : Massage assis :

- Il se pratique sur une chaise ergonomique
- La séance dure 20 mn
- Permet de détendre le dos, les bras, les mains, la tête et la nuque

Pour prendre rendez vous, merci de contacter :

Madame FRANÇAIS

06.74.47.71.32