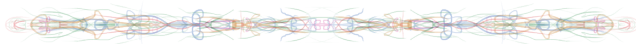




ATELIER BIEN-ÊTRE
Automassage du ventre



- Éléments d'anatomie et de médecine chinoise pour situer ses organes anatomiquement, apprendre à les percevoir de l'intérieur et à les équilibrer
- Observer la relation que l'on a établie avec son propre ventre
- Détendre le diaphragme et le plexus solaire, installer une respiration ample et profonde
- Ouverture des « portes des vents »
- Désintoxiquer et tonifier peau, muscles, fascias et organes
- Libérer les blocages énergétiques des Intestins : côlon et intestin grêle
- Pratiquer les Sons Curatifs des organes
(élimination des énergies lourdes et augmentation de la vitalité)
- Automassage des organes du système digestif : Foie, Vésicule Biliaire, rate, Pancréas, Estomac



Un support sera fourni à la fin de chaque atelier