

Réflexologie



Pourquoi mettre en place un atelier réflexologie en entreprise?

- ✓ Soulager **de nombreux maux** : troubles du sommeil, problèmes digestifs, fatigue
- ✓ **Soulager** les troubles respiratoires
- ✓ **Délier les tensions**
- ✓ **Améliorer le tonus** et la **dynamique corporelle**

À qui s'adresse ce massage ?

La réflexologie en entreprise détend et améliore la circulation sanguine ainsi que le fonctionnement des nerfs.

La réflexologie palmaire ou plantaire permet de **rééquilibrer le système nerveux** et procure une vitalité et une énergie bénéfiques à tous.

Le principe : les pieds et les mains renferment des zones qui correspondent à chacun des organes de notre corps.

Lors du traitement du point de pression, le but est de rétablir le flux d'énergie bloqué par une tension ou une congestion. Une fois traité, l'équilibre est retrouvé dans le corps.

Facile à mettre en place avec un professionnel qualifié

Durée du massage

30 à 40min/pers (2 pers/h)

Lieu

En externe / interne

Nombre de participants

Individuel

Tenue

Aucune spécificité