

Shiatsu en cabinet

Il s'agit d'une technique de modelage détente ayant pour objectif le « lâcher prise » et la détente. Le praticien effectue des pressions en suivant des points d'acupuncture sur la personne, habillée, et installée sur une chaise ergonomique. On agit sur la tête, la nuque, les bras, les mains, les épaules, le dos et le haut des fessiers.

En cabinet, la séance dure environ trente minutes.

Tarifs

- Une séance : 30 €
- 5 séances : 142 €
- 10 séances : 270 €

Shiatsu en entreprise

Le shiatsu sur chaise permet de détendre ou tonifier le personnel de l'entreprise. Il se pratique, habillé, sur une chaise ergonomique.

Les effets bien-être sont ressentis quasi immédiatement : détente et sourire garantis !

Informations pratiques

- *Durée de l'animation* : « massage minute » de 20 min par personne
- *Nombre de participants* : Pratique individuelle. Prévoir 3 massages en une heure
- *Lieu* : en interne, dans un espace calme de 5 m²
- *Tenue conseillée* : Massage habillé sur chaise ergonomique donc aucun besoin spécifique

Les bienfaits

- Vitalité et sensation de bien-être
- Soulagement des tensions musculaires
- Evacuation des blocages
- Activation de la circulation de l'énergie
- Diminution de la sensation de stress

Quels bénéfices pour l'entreprise ?

- performance et efficacité au travail,
- amélioration des conditions de travail,
- renforcement de l'image positive,
- prévention des risques psycho-sociaux,
- cohésion et motivation d'équipe,
- une bonne idée cadeau pour les bons clients.

Tarifs de la prestation

Sur devis