

## LA RELAXATION COREENNE



Un soin simple, rapide et efficace pour baisser son niveau de stress et rejoindre un profond état de détente physique et mentale.

Ce soin se reçoit habillé(e) en tenue souple et ample, allongé(e) sur un large futon.

Issue de la tradition coréenne, cette méthode totalement originale consiste en une **série de vibrations** et mobilisations appliquées progressivement à l'ensemble du corps dans des positions bien précises.

Les vibrations douces des membres, les mobilisations des articulations conjuguées à l'alternance des temps de 'faire' et de 'non faire' relaxent profondément les muscles, **dissolvent les tensions et les blocages**, libèrent la **respiration** et assouplissent le corps.

Le voyage intérieur, parfois jusqu'aux **organes**, dans le relâchement entraîne un apaisement profond et durable du mental et des **émotions**.

RDV de 70 mn : 70 €

**Yzabelle CHABBERT +33.782.793.193. A La grande oasis**