

NUAD BO RARN MASSAGE TRADITIONNEL THAÏLANDAIS



Massage très complet, puissant et délicat, compromis entre relaxation et entretien de la mobilité et souplesse du corps. Une sorte de yoga passif.

Allongé sur un tatami, vêtu d'habits amples, pour un enchaînement de pressions sur des points précis afin de dénouer les tensions, d'étirements afin d'assouplir et détendre, de percussions ou d'effleurages vifs afin d'apaiser et soulager. Le masseur utilise ses pouces, paumes, avant-bras, coudes et pieds lors de ce massage.

Profond et dynamique, le massage thaï a de nombreux bienfaits :

- Apporte une importante décontraction de l'état physique et émotionnel.
- Redonne souplesse, légèreté et gain d'énergie.
- Libère les tensions musculaires et les blocages énergétiques.
- Elimine les toxines.
- Favorise la circulation sanguine et lymphatique.
- Evacue le stress.

Né il y a environ 2500 ans en Asie, (par le Dr Shivago), le massage traditionnel thaïlandais, appelé Nuad bo'Rarn (Nuad « massage » et Bo'Rarn « traditionnel »), puise ses origines dans les massages taoïste et ayurvédique et le yoga. En Thaïlande, cet art se pratique à titre préventif et thérapeutique.

Cette pratique énergétique emporte bien souvent le receveur dans un voyage qu'il aimerait sans retour, tant il est surprenant et à la fois réellement relaxant et bienfaisant ! Pratiqué régulièrement, il rend la vie quotidienne plus harmonieuse.

1h30 : 90 €