



Livre

Auteur(s) : Rivier, Stéphanie (Auteur) ; Rivier, Céline (Auteur)

Titre(s) : Massages du monde [Texte imprimé] : ayurvédique, suédois, californien, lomi lomi, shiatsu, réflexologie / Stéphanie et Céline Rivier.

Résumé : Apaiser, soulager, tonifier...Qu'elles trouvent leurs origines dans les traditions millénaires de l'Asie, de l'Amérique ou de l'Océanie, les pratiques de massage ont une même intention: rétablir l'équilibre du corps et de l'esprit. Maîtriser l'art du massage passe par la compréhension du corps et des points énergétiques qui le parcourent. Une expérience sensorielle que complète l'aromathérapie. Massages occidentaux: suédois, californien, massages aux pierres chaudes, Shiatsu originaire du Japon, Lomi-Lomi des Îles Hawaï, massage ayurvédique, Tui-Na, Reiki, massages thaïlandais et coréen, réflexologie, automassages pour soulager les tensions du quotidien. Une invitation à la découverte de son corps et des bienfaits du toucher.

Notes : Bibliogr. p. 218-219. Glossaire. Index.

Sujet(s) : Massage

Indice(s) : 613.72



Exemplaires

Cote	Support	Section	Localisation	Situation	Date retour	Titre	N° partie	Titre partie
613.72 RIV	Livre	Adulte	Documentaire	Sorti	01/10/2024	Massages du monde		