DETOXIFICATION DE PRINTEMPS

Je vous propose un programme :
Pour faire « peau nette » , nettoyer, purifier l'organisme ce printemps

Accueillez le printemps avec un corps en pleine forme !

Le printemps est enfin arrivé, et avec lui, une période idéale pour prendre soin de vous et de votre corps. Après l'hiver, notre organisme a parfois accumulé des tensions et des toxines, et il est essentiel de lui offrir une véritable parenthèse de bien-être pour le rééquilibrer, le détoxifier et le préparer à l'énergie estivale.
Le printemps, une saison de renouveau pour votre corps Comme la nature autour de nous, notre corps a besoin d'être "réveillé" et réajusté après les mois plus froids. C'est le moment parfait pour offrir à votre corps une pause bien méritée.
Les massages sont un excellent moyen d'aider à la détoxification, de stimuler la circulation sanguine et lymphatique, et de soulager les tensions accumulées.

Pourquoi se faire masser au printemps ?

1. Détoxifier le corps : Après les excès de l'hiver, le massage aide à éliminer les toxines, à améliorer la circulation et à stimuler l'élimination des déchets par le biais du système lymphatique.
Votre peau sera plus éclatante, et votre corps se sentira plus léger.

2. Réduire le stress et les tensions : Le printemps est le moment idéal pour se débarrasser des tensions corporelles et mentales. Le massage détend les muscles et apaise l'esprit, vous permettant de mieux profiter des journées plus longues et plus ensoleillées.

3. Préparer le corps pour l'été : Un corps bien entretenu dès le printemps est un corps prêt à accueillir l'été avec vitalité. En entretenant votre forme physique dès maintenant, vous vous sentirez plus énergique et plus en phase avec la saison à venir.
Découvrez une gamme de massages adaptés à cette saison de transition. Que vous choisissiez un massage drainant pour activer la circulation , un massage relaxant pour apaiser les tensions, ou un soin détoxifiant, je serais ravie de vous accompagner pour prendre soin de votre corps et le préparer à l'énergie de l'été.

N'attendez plus pour offrir à votre corps l'attention qu'il mérite !

Prenez rendez-vous dès aujourd'hui et profitez des bienfaits d'un massage printanier.

Des formules progressives pour accompagner votre corps en douceur.

1 séance, Cure 5,10, 20 séances ou plus

BROSSAGE A SEC LYMPHATIQUE

La friction à sec permet d'obtenir les bénéfices incroyables de la stimulation lymphatique.



– meilleure élimination des toxines
– élimination des cellules mortes
– stimulation du système immunitaire
– raffermissement des tissus
– efficace contre la cellulite

Ce qui veut dire : une peau très douce, une pêche d'enfer, moins de peau d'orange (car meilleure élimination) !

Attention : ne pas brosser les zones où la peau est irritée ou abîmée, sur le visage, ainsi que les zones où vous avez de l'acné.

La peau sera légèrement rosée à la fin de la friction, restons bien à l'écoute du corps !

Contre-indications

1. Contre-indications absolues :
Infections en phase aiguë, tuberculose, tumeurs malignes suspectées (traitement seulement avec ordonnance médicale).

2. Contre-indications relatives : Insuffisance rénale (selon phase de la maladie et traitement en cours), insuffisance cardiaque, asthme, hyperthyroïdie.
(Demander conseil à son médecin)

3. Grossesse : A priori, la grossesse n'est pas une contre-indication, mais il est plus prudent de demander tout de même l'aval du médecin, car il peut y avoir des contre-indications individuelles.

ACTION VENTOUSES

Cette manière de procéder est un moyen très agréable pour revitaliser et agir sur le corps à différents niveaux. Les ventouses agissent sur notre énergie vitale - le Qi

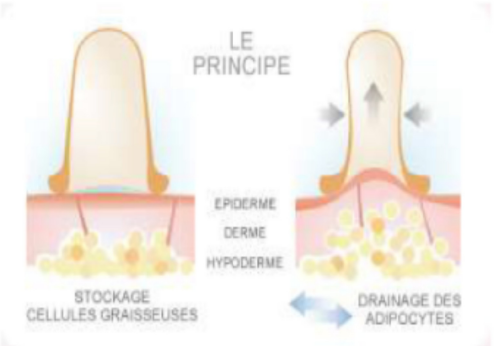
Son concept repose sur le réchauffement de l'air à l'intérieur de la ventouse en verre, créant ainsi le vide ou à l'aide d'une ventouse silicone, principe d'aspiration par pincement de la ventouse. Cette technique permet de dénouer les blocages énergétiques, en évacuant les énergies négatives au niveau des zones de blocages, stimuler les méridiens et engendrer un regain de vitalité. D'autre part, elle favorise l'élimination des toxines grâce à un drainage efficace, dynamise le sang, améliore la micro-circulation, contribue à la décongestion. Cette technique permet d'accorder un équilibre général et une harmonisation du corps et d'accéder à une grande relaxation et tonification musculaire. Le passage de la ventouse le long de la colonne apporte une grande relaxation.

Contre-indications

L'utilisation des ventouses est contre-indiquée dans certains contextes tels que la prise d'anticoagulants et la présence de varices très importantes. En cas de hernie, aucune ventouse ne doit être apposée à l'endroit où celle-ci se trouvait, ou se trouve. Dans le cas de cicatrice récente, nous recommandons d'attendre 3 semaines après la chirurgie. Un avis médical pourrait être demandé si un besoin se fait ressentir avant ce délai. Il est préférable d'éviter les régions où se situent les grosses artères comme les jugulaires et les carotides.

Le principe est simple

- Les ventouses, aspirent la peau en glissant dessus.
- Une dépression se crée à l'intérieur en l'absence d'air.
- L'aspiration créée va attirer sous la ventouse un afflux sanguin, réactivant ainsi une circulation dynamique.



- Son application perfectionne la souplesse et la qualité de peau, tonifiant l'épiderme.
- Permet de reproduire les gestes du fameux "palper-rouler".

(Zones concernées : dos, ventre, mollets, cuisses, efficace pour réduire la cellulite)

PALPER ROULER MANUEL

C’est une méthode naturelle, simple et qui ne présente pas d’effets secondaires.

Qu’est-ce que le palper-rouler ?



Le palper-rouler est une technique de massage manuelle, permettant de détoxifier, drainer, indiquée aussi dans le traitement de la cellulite.

Non invasive, cette méthode est très prisée pour redonner un aspect lisse à la peau.

Elle consiste à relancer les échanges cellulaires afin de favoriser la circulation des graisses. Pour rappel, la cellulite est due à une accumulation de tissu adipeux sous la surface cutanée formant de petites bosses disgracieuses.

En outre, le massage palper-rouler est aussi recommandé au cours de certaines maladies psychosomatiques comme le stress, les tensions nerveuses… La technique favorise la détente et la relaxation de tout le corps. Enfin, le palper-rouler est un moyen courant de renforcer naturellement le mécanisme de défense de l’organisme. La technique permet l’élimination des toxines accumulées dans les graisses et donc d’épurer le système

Les contre-indications de cette technique de massage

- Chez les personnes présentant des problèmes cutanés, des varices, des plaies, des bleus, des hématomes ou des brûlures. Il est aussi interdit chez les individus atteints d’hémophilie, (risque hémorragique important)
- Fièvre, pour éviter la propagation virale ou microbienne.
- Femmes enceintes, il est essentiel de demander du médecin.
- Hypertension, hypotension, pathologies cardiaques (demander avis médical)