

STAGE PARIS 17^e
**« Découverte massage
Kobido »**



PRINCIPE : vous constituez votre groupe de 2 ou 4 personnes

LIEU : PARIS 17^e

Stage 2 jours (date à définir ensemble)

Public : femmes / hommes, adultes

Places limitées à 4 par session

Venez-vous détendre et apprendre à masser

Kobido, en japonais, signifie « voie traditionnelle de la beauté ». Véritable antiride et lifting naturel, il permet de rééquilibrer la circulation de l'énergie du visage et du cou afin de libérer les tensions qui favorisent l'apparition des rides.

Après une séance, le massage kobido a fluidifié la circulation énergétique et sanguine du visage, d'où cette sensation et cet effet de peau détendue, relaxée et rajeunie. Le visage est libéré de toutes ses tensions et crispations, ce qui lui donne un aspect plus jeune. La stimulation de points énergétiques le long des méridiens chinois en a renforcé l'action. Le kobido ne se réduit pas à un effet anti-âge, il aide également à combattre le stress et à rééquilibrer l'organisme. Ce massage permet donc de relâcher les tensions musculaires, psychologiques et participe à une action ré-énergisante de l'organisme.

Les régions étudiées sont le visage, le crane, la nuque et les épaules.

Je vous propose de découvrir le massage en apprenant les bons gestes, les bonnes postures, un massage riche, fluide, varié et profond.

Durant cet atelier, vous apprendrez des techniques pour masser. Les mouvements et gestes du massage sont montrés par courtes

séquences sur un volontaire. Les participants travaillent ensuite 2 par 2. Tour à tour chacun peut ainsi pratiquer les gestes mais aussi recevoir le massage pour expérimenter le ressenti du point de vue du receveur

Après un atelier, vous serez capable de faire un massage bien-être de 55 minutes à vos proches. Les huiles et eaux florales utilisées sont biologiques. **Vous repartez avec un document de l'enchaînement appris.**

Les bienfaits du Kobido

Évacue les tensions

Favorise la circulation sanguine

Dégage les sinus, apaise les maux de tête

Diminue les douleurs ophtalmiques

Stimule la concentration

Rééquilibrant énergétique

Accentue les effets bénéfiques capillaires

Améliore et favorise la qualité de la peau

Améliore le sommeil

STAGE ANIMÉ PAR Anouk TABET

Passionnée par l'humain et les relations, Coach/psychopraticienne en relations amoureuses et familiales, sophrologue et également Praticienne bien-être depuis plusieurs années.

TARIF

180 euros par personne (groupe de 4)

260 euros par personne (groupe de 2)

La séance individuelle sur mesure fait suite à l'atelier collectif et permet de corriger les gestes avant de se lancer (facultatif)

60 € la séance

S'INSCRIRE en téléphonant au 06 89 17 55 30 ou par mail

anouktabet@gmail.com

