



Shiatsu - Dos et jambes à but familial

Description Le Shiatsu, art traditionnel japonais du toucher, rééquilibre l'énergie par des pressions du pouce sur les méridiens et les points d'acupuncture. Il détend en profondeur, élimine le blocages, renforce et augmente la vitalité, ré-harmonise le corps et le psychisme.

Contenu

- Théorie de base et découverte du shiatsu
- Manœuvres d'étirement du dos
- Massage des méridiens intestin grêle et vessie
- Introduction aux notions de méridiens

Info vidéo avertir qu'il y a bcp d'exercices à genoux port du masque obligatoire

Date 29.05.2021 - 29.05.2021 / E_1462131

Horaire 09:00 - 16:00 h

Jours Sa

Durée 1 Jours de cours. Total 6.00 périodes à 50 minutes

Ecolage CHF 150.00

Lieu du cours Rue du Musée 3, 2000 Neuchâtel

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Sa	29.05.2021	09:00 - 16:00

Ecole-club Migros Neuchâtel Tel. +41 58 568 83 50

Rue du Musée 3
2000 Neuchâtel

ecole-club.neuchatel@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

école-club

MIGROS