



MOALIA / Nicole JONAC

26 chemin des Vigeons
26800 Etoile-sur-Rhône

Tel 06.21.27.89.42

moalia.massages.bien.etre@gmail.com

www.massage-bien-etre-relaxation.com/

Séances Do In

pour prendre soin de soi

la Voie : DO

IN : l'énergie

Cette technique d'auto-massage qui nous vient du Japon est un merveilleux régulateur d'énergie vitale. Son intérêt premier est que chacun peut le pratiquer seul et en toutes circonstances



Son principe essentiel est la stimulation des grandes fonctions du corps-respiration, circulation et digestion par masso-puncture et digito-puncture.

Dans les différentes manoeuvres utilisées, nombreuses sont celles qui sont des gestes universels (comme se frotter les mains avant de se mettre à la tâche pour stimuler notre énergie, ou lorsque nous sommes excités, impatients, inquiets...)

Objectif :

se revitaliser, ré-harmoniser son énergie par des gestes simples et efficaces, permettant de régénérer l'ensemble du métabolisme du corps humain. Permet de passer de l'attention vers l'extérieur pour nous recentrer vers l'intérieur.

Côté pratique :

groupe de 10 à 15 personnes, durée : environ 1 heure, tenue souple...

dispensé d'immatriculation en application de l'article L.123-1-1 du code de commerce

MOALIA Massages-bien-être
Nicole JONAC

Auto entrepreneur N° SIRET : 525 049 144 00013 CODE NAF 9604Z