

sunyata EP :
réseau Shizen Académie



Shizen Académie



Gilles Le Picard

SHIZEN ACADEMIE

Massage Thaï traditionnel

Paix, force et harmonie

L'ART DU TOUCHÉ ANCESTRAL

Véritable thérapie corporelle née il y a plus de 2 500 ans, le massage thaïlandais s'inspire du yoga, de l'ayurvéda et des arts martiaux.

À travers des pressions et des étirements le long des lignes d'énergie, il relance la vitalité, libère les tensions et favorise une profonde paix et un relâchement corporel total.

POUR :

- Favoriser la détente et fortifier la santé,
- Restructurer une relation saine avec soi-même et ranimer le sentiment de bien-être,
- Libérer les tensions musculaires et mentales,
- Rétablir et stabiliser un dialogue amical avec son corps et ancrer la paix de l'esprit.

POUR QUI ?

Ouvert à tous
Aucun prérequis
Esprit de découverte bienvenu

où :

Trégor Bretagne
Canada (ateliers)
Philippines (séjours)

.....

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Email : shizen-academie@gmail.com - contact@gilleslepicard.com

Tél : 06 16 43 26 42

www.shizen-academie.com - www.gilleslepicard.com

.....

