

SHIATSU



Le Shiatsu est une technique de traitement manuel par le modelage originaire du Japon, massage inspirée de la médecine chinoise.

Par une série de pressions, d'étirements, d'oscillations et de mobilisations, **le praticien rééquilibre la circulation énergétique du corps.**

La technique englobe l'étirement des membres, des pressions lentes et soutenues réalisés via le poids du corps et de contacts plus légers.

Le soin se focalise souvent sur les trajets des méridiens **en digito-pression.**

Pour ce soin, **le client reste habillé**, avec des vêtements souples.

Les bienfaits du Shiatsu sont nombreux : une détente profonde, le lâcher prise, avec un effet durable dans le temps.

Traditionnellement, **ce soin se pratique au sol, confortablement installé sur des tapis agrémentés de coussins.**

Un peu de japonais pour comprendre la réalité du Shiatsu (prononcez « shiatsou »).

« Shi » signifie « Doigts » ; « Atsu », « pression ».

C'est en effet avec ses doigts et particulièrement avec ses pouces, **que le praticien effectue ses pressions** - plus ou moins appuyées et plus ou moins longues - **tout le long des méridiens, canaux invisibles dans lesquels circule l'énergie.**

