La route de soi
shiatsu soins traditionnels

Anaïs RAMILLIEN

06.87.11.56.06

5 square Le Gal La Salle
35000 Rennes
ou
5 Le Houssa
22270 Plédéliac

laroutedesoi-shiatsu.fr

laroutedesoi35@gmail.com

Shiatsu ambulant

Je propose l'ensemble de mes soins en caravane, du printemps à l'automne, dans différents contextes ou espaces publics : festival, camping, forum, évènementiel, entreprise, marché...

QUI SUIS-JE ?

Grâce à des années d' accompagnement auprès de personnes en situation de handicap, j'ai découvert une nouvelle voie au bien-être, à la santé et à la réalisation de soi. La médecine traditionnelle chinoise ainsi que le massage sont des outils précieux car l'individu est pris en compte dans sa globalité et sa différence.
Depuis 2011, je me forme à diverses pratiques énergétiques et de massage.
En 2017, je suis diplômée en Shiatsu Traditionnel.
En 2019, au Chi Nei Tsang.
Je continue de me former pour enrichir les soins que je propose.

MASSAGE A L'HUILE

Inspiré de techniques en provenance de la Californie, de Suède, d'Inde, de Chine et du Japon, ce massage sera adapté et personnalisé à votre état du moment. Il s'agit de vous apporter des sensations de bien-être et d'enveloppement, tout en détendant et détoxifiant les différentes couches de vos tissus corporels.

DO IN

auto massage et étirements des méridiens

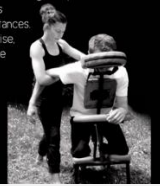
Il s'agit d'une méthode de santé et de longue vie, basée sur les concepts de Médecine Traditionnelle Chinoise. Les exercices proposés agissent sur le mental et invite à une relaxation et dynamisation profonde, grâce à des postures des mouvements, des étirements ainsi qu'à des pressions de shiatsu appliquées sur soi-même. Les grandes fonctions du corps seront ainsi stimulées.

SHIATSU TRADITIONNEL

Discipline énergétique japonaise fondée sur la Médecine Tradionnelle Chinoise. En 1997, l'OMS reconnait le shiatsu comme «médecine non conventionnelle, digne d'intérêt».
Cette technique manuelle s'exerce par pressions des doigts, des paumes de mains, des genoux, des coudes, des pieds, ainsi que par des étirements, appliqués sur le corps du receveur. Le shiatsu permet de traiter différents troubles fonctionnels et organiques spécifiques. Son approche holistique préserve le capital santé de l'individu, en stimulant les défenses de l'organisme face aux agressions

SHIATSU SUR CHAISE

Vise la libération d'énergie par stimulation des muscles, des articulations et des méridiens. Ce soin permet d'être relaxé et dynamisé rapidement. Il a l'avantage de pouvoir s'exercer dans n'importes quelles circonstances. Idéal en entreprise, ou dans l'espace public.



CHI NEI TSANG

Soin du ventre et de ses organes

L'abdomen est considéré en Médecine Traditionnelle Chinoise comme le centre énergétique du corps. Les organes internes emmagasinent des énergies nuisibles qui peuvent déborder et se manifester sous formes de maladies ou d'émotions négatives. L'art du Chi Nei Tsang transforme et recycle ces énergies. Les structures viscérales et le positionnement des organes sont travaillées pour un meilleur fonctionnement, autant sur le plan physiologique que sur le plan émotionnel. Grâce à des touchers à la fois légers et profonds, les organes seront détoxifiés et fortifiés. Les fonctions des systèmes vitaux (digestif, respiratoire, cardio-vasculaire, nerveux, lymphatique, endocrinien, musculaire et reproducteur), pourront ainsi être régulés et harmonisés.

Aucun des soins ici présentés, ne sauraient se substituer à un avis ou à un traitement médical.
Pour plus d'informations, consultez mon site internet.

"Tarifs"

Shiatsu traditionnel.....1h15 / 60 €
enfant / 40 €

Shiatsu sur chaise.....20 min / 20 €

Chi Nei Tsang.....1h15 / 60 €
forfait 3 séances / 165 €

Massage à l'huile.....1h / 60 €
(dos, tête, jambes, pieds)
1h40 / 100 €
(dos, tête, jambes, pieds et ventre)

Supplément kilométrique pour le domicile autour de Plédéliac :

entre 5 km et 10 km..... 4 €
entre 10 km et 15 km..... 8 €
entre 15 km et 30 km..... 16 €

Chèque cadeau possible sur demande

Pour tous devis ou demandes d'interventions spécifiques, -contactez moi !