

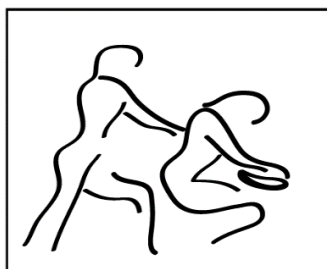
# **MASSAGE AMMA ASSIS**

## **« UNE PAUSE BIEN-ÊTRE »**

Vous sentez vos épaules encombrées, votre dos, votre cou souffrent de tensions accumulées, vos mains sont crispées, votre mental est submergé de pensées... ou tout simplement vous aspirez à être apaisé(e) et à plus de détente, vous voulez faire circuler votre énergie, retrouver du dynamisme et de la souplesse dans vos postures physiques et mentales, je vous propose d'expérimenter le massage *Amma assis*.

Parce que le massage va au-delà du simple acte de masser. Il est une attention, une écoute, une approche, un contact, une communication, un ressenti, une énergie. Il permet d'apprendre à se « pauser », à recevoir, à donner, à faire confiance, à lâcher tout ce qui doit l'être pour laisser vibrer simplement vos sensations et obtenir le meilleur de vous-même.

Sur votre lieu de travail, chez vous, dans un lieu public, au cabinet du praticien, lors d'un événement, découvrez cette approche à la fois ancrée dans la tradition de la médecine chinoise et japonaise et à la pointe de l'innovation pour répondre efficacement aux besoins des temps modernes. Tout le monde y a droit\*, femmes et hommes de tous âges, de toutes conditions !



La durée d'une séance est au maximum d'1/2h et se déroule sur une chaise ergonomique spécialement adaptée à cette pratique qui peut se déployer facilement dans un espace réduit tout comme en plein air. Vous restez habillé(e) comme vous êtes et le praticien travaille en intégrité sur le haut du corps : du sommet du crâne au bas du dos en passant par la nuque, les épaules, les bras, les mains.

Les différents mouvements (pressions, lissages, accu pression, taping...) permettent de détecter les tensions éventuelles et d'intervenir à différents niveaux pour les détendre et favoriser la circulation des énergies en vous.

Si l'expérience vous intéresse, contactez-moi :

Yvon Guéhenneuc (YVORG) – 6 rue de la chapelle – 92500 Rueil Malmaison

Tél : 06 68 21 80 04 – mel : [yvorg@outlook.fr](mailto:yvorg@outlook.fr) – site : [yvorg-coaching.com](http://yvorg-coaching.com)



\* Cette pratique non thérapeutique est déconseillée aux femmes enceintes, aux personnes souffrantes (fièvre). Elle peut être pratiquée en complément de l'accompagnement au bien-être psychosomatique dispensé par Yvorg.