effica Zen
ateliers de bien-être au travail

MASSAGES
SHIATSU



OBJECTIF

Rééquilibrage des énergies

SANTÉ PHYSIQUE

Le Shiatsu, terme japonais qui signifie « pression du doigt », consiste en des pressions au niveau des points réflexes de l'organisme. Il est employé pour lever les obstacles, les blocages qui rendent la circulation de l'énergie inefficace.
Le massage Shiatsu est source d'apaisement, de vitalité, de dynamisme et de santé.

En pratique

EXPERT

Praticien Shiatsu

PARTICIPANTS

Massages individuels

MATÉRIEL

une salle de réunion

FORMAT

Une journée ou une demi-journée
Possibilité de 18 créneaux de 20 min dans la journée