

NUAD BO RARN (TRADITIONNEL THAÏ)

Le massage thaï traditionnel se pratique au sol sur un futon et la personne qui le reçoit conserve ses vêtements. La masseuse « marche » sur le corps avec ses mains, avec ses pouces, ses pieds.

Les muscles sont ainsi pressés mais aussi étirés et mobilisés. Les points stimulés par l'acupressure stimulent l'énergie de tout le corps c'est pourquoi on se sent relaxé mais aussi revitalisé après une séance. On se sent "tout neuf ».

Durée : 1H15 minimum

- > détend, apaise le corps et l'esprit
- > assouplit le corps
- > efface les tensions
- > redonne de l'énergie
- > renforce la vitalité