

Shiatsu et Do-In

Atelier
découverte



21 juin 2025

9h à 12h



Tarif :
30 euros

Infos et réservation :
nat.levardon@gmail.com
[0661456001](tel:0661456001)
<https://www.natlev-shiatsu.fr/>

Centre H2E

30 r CR de Senlisse,

78720 Senlisse

<https://www.centre-h2e.fr/>



1/Demi-journée découverte Do-In d'été et Shiatsu

Venez vivre une parenthèse de bien-être et de reconnexion à votre corps lors de cette demi-journée dédiée à l'énergie de l'été.

Accessible à toutes et tous, cette séance vous invite à explorer :

- Le Do-In, auto-massage japonais doux et revitalisant, en lien avec la saison de l'été et les méridiens associés (Cœur, Intestin grêle).
- Un petit enchaînement de Shiatsu sur le dos, à pratiquer à deux, pour ressentir et transmettre l'énergie par le toucher.
- Un moment de détente, de respiration et de découverte dans une ambiance chaleureuse.

Ouvert à toutes et tous, aucun prérequis nécessaire.