

[Voir la version en ligne](#)



**LE SHIATSU
AU SERVICE
DE LA SANTE**

Valérie Andrieux
Spécialiste en Shiatsu

86 240 SMARVES
06 81 04 58 87

<https://equilibreshiatsu.fr/>

SYNDICAT
DES PROFESSIONNELS DE
SHIATSU

Bonjour Valérie



2022

Je vous souhaite une très bonne année 2022, qu'elle vous apporte **joie, bonheur** et **sérénité** !

Valérie

Découvrir 3 gestes pour retrouver son énergie et sa légèreté

Je vous propose un PDF, issu de ma pratique de do-in, qui vous permettra de **relâcher vos épaules, soulager vos yeux et respirer profondément**. Ces gestes peuvent se faire à n'importe quel moment de la journée, indépendamment les uns des autres, dès que le besoin s'en fait ressentir. Plus ils seront pratiqués et plus les bénéfices se feront ressentir sur le long terme.



[Télécharger le PDF](#)



Samedi 8 janvier 10h /11h30 à Poitiers Atelier détente do-in/auto-shiatsu

Venez apprendre les exercices de pressions de mains, d'étirements, de mouvements et de respirations qui vous permettront de trouver des clés pour prendre soin de vous et vous permettre de traverser cette période hivernale tranquillement. Sur inscription, places limitées. Venir en tenue, avec son masque et son propre matériel (tapis coussin).

[Pour s'inscrire](#)

Du changement au cabinet

Après avoir suivi la formation "Shiatsu sur table comme au sol" je vous reçois au cabinet pour des séances de shiatsu sur une table spéciale ! Un réel confort au niveau des cervicales lors de la séance. Voir le témoignage d'Anne-Marie qui a étrenné la table !

Je vous reçois du lundi au vendredi de 9h à 19h et le samedi 9h-12h.



Prendre rendez-vous

Témoignage

"Valérie, très bonne séance sur votre table. Pour moi ça fait une différence. Je me suis réveillée le lendemain matin sans douleur au niveau des épaules. Je vais bien vraiment depuis la séance. Je pense que votre table est un réel "PLUS " pour le déroulement de la séance . En effet moi qui suis fragile au niveau des épaules et du cou la position sur le ventre sur cette table change tout. Merci beaucoup."

Anne-Marie



Comment profiter au mieux de votre shiatsu ?

Savez-vous que le shiatsu est un **travail d'équipe** ?
En effet, pendant que vous vous détendez, votre corps travaille et revient vers son **équilibre**.

Pour pouvoir profiter au mieux de votre séance je vous partage quelques **astuces** pour faire de votre séance un **moment privilégié**.

Bonne lecture

Lire la suite

Valérie Andrieux
86240 Smarves
06 81 04 58 87
contact@equilibreshiatsu.fr



Pour être sûr(e) de recevoir mes prochains courriels
ajouter mon adresse "contact@equilibreshiatsu.fr" à vos contacts

Cet e-mail a été envoyé à contact@equilibreshiatsu.fr
Vous avez reçu cet email car vous avez laissé vos coordonnées à Valérie Andrieux.

[Se désinscrire](#)



© 2019 Valérie Andrieux