

Réflexologie

CHRISTOPHE GUEDON

Réflexologue

Qualifié de l'EIR de Nantes
méthode **Fischmann**

OFFRE DE SOINS

- **Réflexologie plantaire, palmaire, faciale, auriculaire et combinée avec protocole personnalisé**
- **Cures** : Bien être du dos - Détox - Vitalité - Anti stress
Sommeil - Anti Tabac - Silhouette
- **Spécialisé Sport** : Préparation et récupération des **sportifs**
- **Spécialisé Entreprise** : Qualité de Vie au Travail (QVT) et prévention des risques psychosociaux (PRPS)

BIEN ETRE ET DETENTE

- Accordez vous une **parenthèse de bien être et de détente**
- Vivez une **expérience sensorielle douce** et unique
- Devenez acteur de votre propre santé grâce à l'**autostimulation**



RESERVATION : 06.47.73.75.06

<https://www.chrisguedonreflexologie.fr/>

cabinet : 3 square Gaston Chaissac à Challans ou à domicile, **Siret** : 98206006300012

Qu'est ce que la réflexologie ?

C'est une **pratique douce et naturelle** qui permet de **soulager les tensions émotionnelles et physiques** du corps. Elle se pratique **en stimulant des points réflexes situés sur les pieds, les mains, le visage ou les oreilles** qui sont **reliés aux organes du corps afin d'atteindre l'équilibre** si ce dernier le permet. La réflexologie aide à **l'auto régulation du corps** et **renforce ses capacités d'auto guérison**.

Les bienfaits

- **Apaiser** les tensions émotionnelles, **le stress, la nervosité, l'hyperactivité, les peurs ..**
- **Soulager** les tensions physiques, **les douleurs musculaires, les troubles digestifs**, circulatoires, respiratoires, génitales...
- **Redonner de l'énergie face à la fatigue**
- **Prévenir de la dépression et du burn out**
- **Redonner de la vitalité** en drainant le corps et en **évacuant les toxines** et les déchets
- **Améliorer les troubles du sommeil**

Pour qui ?

Toute personne à partir de 3 ans

Les femmes enceintes après les 3 premiers mois de grossesse

Les sportifs en quête de performance dans la préparation et la récupération physique et mentale

Les entreprises dans le cadre de la politique de qualité de vie au travail et prévention des risques psychosociaux (**QVT/PRPS**)

Plus d'info, flashez moi

