

# ATELIER DETENTE ET BIEN-ETRE PAR LA PRATIQUE DE L'AUTO-MASSAGE DO-IN ET LA PRESSION DE POINTS D'ACUPUNCTURE

INTERVENANT : MULLER VALERY PRATICIEN DE SANTE NATUROPATHE ET EDUCATEUR DE SANTE

LIEU DE L'ATELIER : VIT TEL TA NATURE FORET-PARC ROUTE DE CONTREXEVILLE 88800 VITTEL

DUREE : 1 HEURE PRIX GROUPE : 10 EUROS/PERSONNES PRIX EN INDIVIDUEL : 20 EUROS

PUBLIC : SAUF FEMMES ENCEINTES TELEPHONE : 06-07-98-88-61

## PRESENTATION GENERALE

- D'ORIGINE ANCESTRALE ET AU CARREFOUR DE L'ACUPUNCTURE TRADITIONNELLE ET DES METHODES DE MASSAGE REFLEXE LES PLUS MODERNES, LE DO-IN APORTE DETENTE GENERALE, RENFORCE LES CAPACITES D'AUTO-GUERISON, PREVIENT L'APPARITION DES MALADIES ET AUGMENTE LA RESISTANCE DU CORPS DONT L'AFFAIBLISSEMENT EST LA SOURCE PREMIERE DE TOUTES LES AFFECTIONS.
- LE DO-IN, UN DES PILIERS DE LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE, S'APPUIE ESSENTIELLEMENT SUR LES MERIDIENS D'ACUPUNCTURE (UTILISES DEPUIS 6000 ANS) QUI CONSTITUENT UN SYSTEME COMPLET ET COHERENT DE CORRESPONDANCE ENTRE LES ORGANES INTERNES ET DES ZONES, LIGNES ET POINTS SPECIFIQUES SITUES SUR LA SURFACE DE LA PEAU MAIS AUSSI EN PROFONDEUR.

## CONTENU

- AUTO-MASSAGE DO-IN : PRESENTATION DES ORIGINES DU DO-IN /PRESENTATION DES EFFETS/CONSEILS GENERAUX/ECHAUFFEMENT DES MAINS /AUTO-MASSAGE DE LA TETE ET DU VISAGE /AUTO-MASSAGE DE LA NUQUE ET DES EPAULES/PERCUSSIONS DES MERIDIENS D'ACUPUNCTURE DU THORAX, BRAS, DOS ET JAMBES/MASSAGE ET PERCUSSIONS DES PIEDS
- ACUPRESSION DE POINTS D'ACUPUNCTURE SPECIFIQUES : ORIGINES/EXPLICATIONS SUR LA MANIERE DE MASSER LE POINT SELON PLEIN OU VIDE DES POINTS TRAITES (ORGANES FONCTIONNENT TROP OU PAS ASSEZ) ET DE LES LOCALISER /CONSEILS GENERAUX/ACUPRESSION DE 5 POINTS FAVORISANT LA DETENTE GENERALE

## EFFETS

### EFFETS GENERAUX :

- SE PRATIQUE SUR TOUT LE CORPS ET AGIT SUR L'ENSEMBLE DE L'ORGANISME PAR REEQUILIBRAGE ENERGETIQUE APPORTANT BIEN-ETRE, DETENTE GENERALE ET DYNAMISME

### EFFETS LOCAUX :

- DETEND LES MUSCLES ET LES ARTICULATIONS ET AIDE A ELIMINER LES DECHETS PRODUITS PAR L'EFFORT, EN PARTICULIER L'ACIDE LACTIQUE, RESPONSABLE DES CRAMPES ET DES DOULEURS MUSCULAIRES. LES EXERCICES D'ETIREMENT EN DOUCEUR COMBATTENT LES RAIDEURS ARTICULAIRES
- AMELIORE LA CIRCULATION SANGUINE ET FAVORISE L'APPROVISIONNEMENT DE L'ORGANISME EN OXYGENE ET ELEMENTS NUTRITIFS MAIS AUSSI L'ELIMINATION DES DECHETS DU CORPS
- REGULE LES GRANDES FONCTIONS DE LA PEAU

### EFFETS REFLEXES :

- AU-DELA DE SON ACTION LOCALE, UNE DES SPECIFICITES DU DO-IN EST D'AGIR A DISTANCE PAR LE BIAIS DE CE QU'ON APPELLE LES « ZONES REFLEXES », ZONES ET POINTS DU CORPS QUI PERMETTENT D'AGIR SUR LE FONCTIONNEMENT DES ORGANES INTERNES
- C'EST PAR L'INTERMEDIAIRE DE CES ZONES REFLEXES QUE LES EFFETS DU DO-IN SE REPERCUTENT EN PROFONDEUR POUR TRAITER (A CONDITION D'UNE PRATIQUE REGULIERE) LA CAUSE DES PROBLEMES DE SANTE ET REEQUILIBRER LES GRANDES FONCTIONS PHYSIOLOGIQUES : DIGESTION, RESPIRATION, ELIMINATION RENALE ET INTESTINALE, SEXUALITE ETC ....