



Massage CALIFORNIEN

Le massage Californien est issu de deux techniques de massage, le massage SUEDOIS il conserve ses manœuvres et le massage ESALEN, on retient la douceur et l'aspect intuitif.

Ce massage se caractérise par des mouvements longs, fluides et enveloppants. Il offre à se recentrer, se relaxer profondément et aussi à évacuer le stress.

Le massage Californien est bénéfique sur le plan physique, émotionnel, mental et spirituel. C'est un meilleur allié contre les douleurs musculaires, certaines douleurs chroniques, certains traumatismes et autres.

Les mouvements lors du massage exercent une influence positive sur la circulation veineuse et lymphatique. Les femmes enceintes peuvent l'utiliser pour apporter légèreté aux jambes durant la grossesse, après les 3 premiers mois de grossesse.

Ce massage est recommandé pour les causes de stress ou d'anxiété.

