



Massage “Sa ki Bon pou do”

Ce massage permet de **dénouer toutes les tensions** qui se trouvent dans le dos. Il aide également à détendre les muscles et à soulager les courbatures ainsi que les contractions. Hormis le fait qu’il améliore la circulation, un massage du dos permet également d’améliorer le sommeil et d’oxygéner le corps.

Par ailleurs, les bienfaits de cette pratique n’agissent pas uniquement sur le dos mais aussi sur le reste du corps.

Elle aide à calmer et apaiser celle qui le reçoit tout en augmentant sa capacité respiratoire. Le massage du dos agit également sur le système digestif en améliorant la digestion et en réduisant le risque de constipation.

Ce massage est recommandé pour toutes les douleurs lombaires et les tensions.

