



PACIFIQUE Bien-Être

FAUPALA Lolésio

PRATICIEN BIEN-ÊTRE, non-voyant

Tél : 06 37 62 27 87

Courriel : bienetrepacifique@gmail.com

Diplôme reconnu par le Ministère du Travail

SIRET : 812 891 406 00017

Assurance professionnelle

Le Massage Suédois

Trouve son origine avec le maître d'escrime et de gymnastique Henrik Ling (1776-1839). Le Massage Suédois est avant tout un massage musculaire, sur tout le corps qui peut-être très relaxant ou plus tonifiant, léger ou plus profond. C'est un massage comptant parmi les massages les plus répandus dans les SPA. Le massage suédois a comme fonction de corriger les attitudes musculaires. Il entretient la souplesse et la bonne santé des muscles, et par conséquent, les articulations. Le rythme et l'enchaînement des manœuvres procurent une véritable relaxation physique et psychique et font de ce massage un soin complet du corps. Il facilite le drainage c'est-à-dire l'élimination des toxines et favorise ainsi la circulation sanguine. Il lutte contre le stress, l'anxiété et la dépression. Cette méthode est un moyen efficace pour soulager les courbatures. Il peut stimuler la circulation sanguine et apaiser les muscles trop contractés. Le massage Suédois est particulièrement adapté aux sportifs, ou le sportif de haut niveau, pour son contenu ferme et dynamique. Le massage suédois ne prétend pas guérir les maladies. Il se pratique sur table. Le praticien utilise l'huile, pour fluidifier les mouvements.

*« La folie, c'est de faire tout le temps la même chose et de s'attendre à un résultat différent »
(Albert EINSTEIN)*