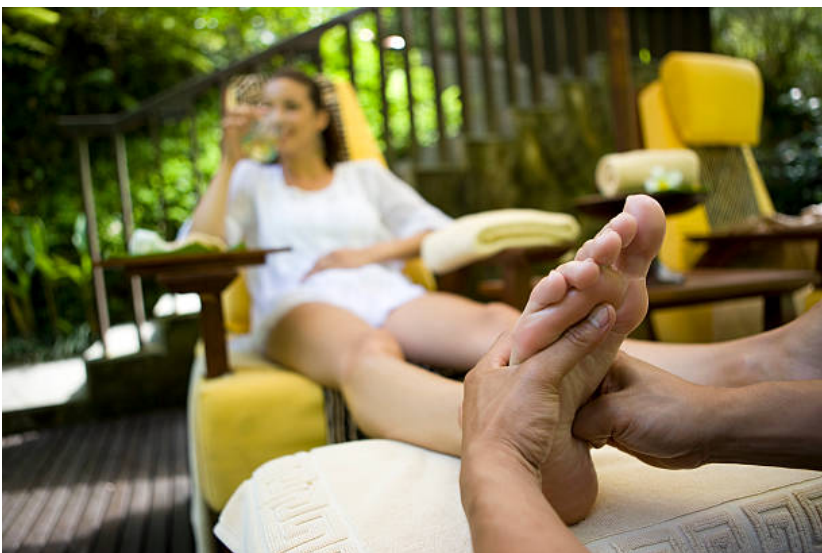


Déroulement d'un soin de réflexologie plantaire & palmaire

Mon soin de réflexologie n'a pas de durée fixe. Celui-ci est adapté à la personne et ses besoins. Il varie entre 1h et 1h30 voir plus si besoin.

En premier lieu je fais un bilan visuel de la santé et de l'équilibre général du récipiendaire. Suivi par un questionnaire sur ses maux, ses souhaits, son environnement, son rythme de vie et toutes questions qui permettront au thérapeute d'exercer son art.



La personne est allongée ou assise sur un fauteuil, les pieds nus relevés. La séance commence par des mouvements de relaxation afin de familiariser le pied au toucher-réflexologie. Puis la séance proprement dite se poursuit par des mouvements très lents de reptation du pouce, principalement (technique de la chenille), sur les zones réflexes. Certaines zones peuvent s'avérer sensibles, voire douloureuses, signe d'un blocage énergétique. Elles sont travaillées en douceur jusqu'à atténuation de la sensibilité.

Durant le soin le récipiendaire ressent une détente qui se développe délicatement dans tout son corps et une paix mentale. Cette béatitude peut mener jusqu'à

l'endormissement.

Tout au long du soin, je guide le récipiendaire sur mes actions et mon ressenti. Celui-ci peut échanger librement sur son ressenti et ses interrogations.

La séance se termine par un toucher lymphatique sur l'ensemble du pied et une stimulation des zones réflexes du système urinaire (rein-uretère-vessie) pour favoriser l'élimination des toxines délogées pendant la séance de réflexologie.

Après le soin une sensation de détente physique et mentale peut être appréciée par le récipiendaire.

Un bilan est formulé sur la séance déroulée et des suggestions vous seront indiquées pour conserver et permettre l'état d'homéostasie s'installer durablement en vous.

