

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

Présentation	<ul style="list-style-type: none"> • Très pratiqué en Californie, on retrouve des traces de ce massage dans la plupart des traditions anciennes : amérindiennes, Java, îles du Pacifique. • L'essentiel du massage repose sur les pierres qui sont posées sur les zones énergétiques ou de tensions musculaires. Les techniques de massage viennent essentiellement du Californien.
Cible	<ul style="list-style-type: none"> • Personnes frileuses en quête de chaleur avec des besoins d'enveloppement et de relaxation
Bénéfices du soin	<ul style="list-style-type: none"> • Grande relaxation • Dissout les tensions musculaires • Apporte chaleur et réconfort
Contre-indications	<ul style="list-style-type: none"> • Infection, fièvre • Problème circulatoire • Fracture, arthrite, phlébite • Douleur abdominale • Plaie ouverte, problème dermatologique
Type de manœuvres	<ul style="list-style-type: none"> • Effleurages
Accessoires utilisés	<ul style="list-style-type: none"> • Pierres volcaniques de basalte noir, riches en fer qui retiennent la chaleur • Marbre froid pour compenser la chaleur ou en période de chaleur
Durée et fréquence	<ul style="list-style-type: none"> • 1 heure ou plus • 1 fois par semaine ou après une activité sportive