

# Association les Grands jardins du Theil

## Séances de Tuina...



### Tout au long de l'année, créneaux suivant planning

Le « Tuina » est une des branches de la médecine chinoise basée sur le massage. Il signifie « pousser, saisir » et vise à dégager les méridiens, rétablir la circulation, libérer les tensions, relâcher les muscles et les tendons, équilibrer les organes entrailles ...

#### Comment cela se passe ?

- Il s'agit de massages d'harmonisation ou répondant à une demande particulière : douleurs musculaires, maux de ventre, insomnies... Parfois, j'utilise les ventouses et le Gua Sha en complément.
- Le massage se pratique généralement habillé. Ventouses et Gua Sha nécessitent toutefois de dévêtir la partie ciblée.
- Une séance dure environ 45 minutes.

Pour recevoir un massage, l'adhésion annuelle aux Grands Jardins (à partir de 10€) est demandée.

Tarifs :

Participation libre. Les bénéfiques sont partagés avec l'association.

#### Renseignements inscriptions :

Pour vous inscrire, vous pouvez me contacter ou cliquer sur le lien suivant :

<https://calendly.com/lindehenker/massage-tuina-grands-jardins>

Linde HENKER, diplômée de l'institut LISHAN

e-mail: [lindehenker@yahoo.fr](mailto:lindehenker@yahoo.fr) , tel: 06 07 16 61 30,