




Tuina

MASSAGE
TRADITIONNEL
CHINOIS



LE MASSAGE TUINA EST L'UNE
DES CINQ BRANCHES DE LA MÉDECINE
TRADITIONNELLE CHINOISE

Il a pour but de faire circuler librement le **Qi** ou **énergie vitale**, au travers des méridiens qui parcourent notre corps. Il agit sur les blocages énergétiques ou les déséquilibres pour permettre une **harmonisation** globale du corps et favoriser ainsi ses processus de **guérison**.



Le mot Tuina se compose de : *Tui* qui signifie « pousser » et *Na* « saisir ». Ce sont deux des nombreuses techniques que compte ce massage : tapotement, friction, pétrissage, pression, vibration, effleurage...



Le Tuina est efficace sur les troubles de la mobilité et tous les troubles tendino-musculaires et articulaires.

Il agit aussi très bien contre les petits maux du quotidien liés au **stress** qui, en médecine chinoise, sont des conséquences du déséquilibre énergétique : mal de dos, fatigue, anxiété, insomnies...

En favorisant la circulation de l'énergie et du sang, il libère ainsi les stagnations et les tensions à la fois physiques et émotionnelles.

Les méridiens étant liés aux organes et viscères, le Tuina agit sur les différentes parties et fonctions du corps, même internes.

Il est préconisé pour les troubles gastro-intestinaux, migraines, céphalées, sinusites.

Ou simplement comme massage bien-être dans le cadre de l'entretien de la santé.



Soins en cabinet ou à domicile

40€ la séance de 1h ou 50€ à domicile

(+ frais de déplacement si supérieur à 10 kms)

Espace Barral / 7 rue des Fabriques

26150 Die

Cabinet de Sandrine Duquesne

779 route de La Salle / 26150 Solaure-en-Diois



BLANDINE DUGELAY

Diplômée de l'Institut Shao Yang

06 28 34 67 02

blandinedug@yahoo.fr

www.massagetuina.ovh