

Mots clés: telecharger Les bons gestes du massage pdf, Les bons gestes du massage mobi, Les bons gestes du massage epub gratuitement, Les bons gestes du massage torrent, Les bons gestes du massage lire en ligne.

Les bons gestes du massage PDF

Jean-Louis Abrassart



Ceci est juste un extrait du livre de Les bons gestes du massage. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Jean-Louis Abrassart

ISBN-10: 9782813202239

Langue: Français

Taille du fichier: 2267 KB

LA DESCRIPTION

Bien sûr, tout le monde peut faire un petit massage : quelques mouvements suffisent à faire du bien. Mais le vrai massage, lui, n'est pas affaire d'improvisation. Il demande des connaissances et surtout un toucher spécifique : enveloppant, fluide, doux et ferme à la fois, respectueux et délicat. Avec ce livre-DVD vous allez vraiment faire de petits miracles en apprenant les mouvements et les détails essentiels qui vont faire de vous un " pro " du massage. Le livre et le DVD sont conçus pour être utilisés ensemble. Chaque massage est décrit en détail et illustré de plusieurs photos. A la fin de chaque partie, une planche synthétique reprend tout l'enchaînement des mouvements. Pour chaque type de massage, liste des bienfaits et contre-indications. Jean-Louis Abrassart, diplômé de l'Ecole Centrale de Paris, devient en 1978 professeur de yoga et cofondateur du premier centre tibétain de méditation, à Kagyuling en Bourgogne. Parallèlement il se forme à différentes techniques de massage et de... Lire la suitepsychothérapie. En 1982 il crée l'Ecole du Toucher où il enseigne plusieurs techniques de massage et de développement personnel.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Les premiers mois avec bébé sont souvent difficiles, surtout pour un premier enfant, pour masser bébé il est important de connaître les bons gestes.

Le massage est différent des caresses : le contact doit être chaud, doux, mais ferme, fait de pressions stimulantes et rassurantes pour le bébé.

Un guide complet et détaillé pour un massage réussi (1DVD), Jean-Louis Abrassart, Paru le 14 février 2011 chez Guy Trédaniel éditeur - Poche, 280 pages d ...

LES BONS GESTES DU MASSAGE

[Lire la suite...](#)