

## Talleres y Cursos



### Shiatsu

Sesiones de una hora

#### Datos técnicos

*Sesiones de Shiatsu*

**Precio/sesión:** 38€ (socios, 35€)

Consultar horario.

Shiatsu significa "presión con los dedos". Es una terapia manual basada en la medicina oriental y desarrollada en Japón, cuyo fin es ayudar a las personas en sus procesos curativos, en su autodesarrollo y conciencia corporal a través del contacto.

Con Shiatsu se tratan problemas como :

Insomnio, Stress, Depresión, Migrañas, Dolor de cabeza, Estreñimiento ; Dolor de espalda, cuello y hombro ; Tortícolis, Reumatismo, Retención de líquidos, Desarreglos menstruales, etc.

#### Prevención

El Shiatsu se trata de una técnica preventiva, que carece de efectos secundarios ; refuerza el sistema inmunológico, eleva el tono vital, mejora el metabolismo, equilibra el sistema nervioso y aumenta el rendimiento físico e intelectual proporcionando equilibrio emocional, despierta la conciencia y responsabiliza sobre la propia salud.

#### Terapia

Es una de las formas más populares de las terapias complementarias. Un creciente número de personas solicitan o buscan tratamiento Shiatsu, ya sea por razones médicas, para mejorar su calidad de vida o simplemente para incrementar la sensación de bienestar e integridad que el Shiatsu les aporta.

#### Salud - Terapia Universal

El ritmo de vida al que nos vemos sometidos, en ocasiones nos produce una tensión nerviosa difícil de aliviar. Ello provoca problemas de todo tipo, incluso enfermedades de compleja curación.

El Shiatsu ha demostrado, en numerosas ocasiones, ser una terapia muy útil en la prevención y curación de dichas disfunciones. Bien es cierto que no se trata de una tarea fácil ; requiere un estudio pormenorizado de cada persona y las circunstancias que la rodean y es por ello que el Shiatsu se alza como una terapia universal, válida para todo el mundo.

Los beneficios que aporta son positivos en personas de cualquier edad o condición física, independientemente de la causa que provoca el desequilibrio energético.

#### Características :

*Lugar :* Librería Tierra de Fuego

*Travesía de Conde Duque, 3, 28015 Madrid*

Telf. 915 215 240 # Fax : 915 425 124

Metro : Noviciado, Plaza de España, San Bernardo y Ventura Rodríguez

Disponemos de vestuarios para cambiarse.

Se aconseja ropa cómoda y calcetines.

Es recomendable no haber ingerido alimentos inmediatamente antes de iniciar la sesión.

Hay que solicitar la consulta en el 915 215 240.