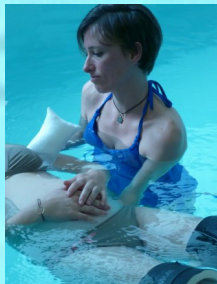




Aquazen

RELAXATION AQUA PRENATALE

Maman zen, bébé zen!



Cette technique aquatique de relaxation profonde associe judicieusement massage par le praticien et bercement du corps en flottaison, guidé par la fluidité de l'eau ... sous une musique de relaxation subaquatique.

Fluidité et relaxation en apesanteur permettent un voyage à la rencontre du bébé . Cette approche à la naissance, où la future maman évolue dans un élément similaire à celui de son bébé, crée une passerelle pour entrer tous deux en lien.

Les Bienfaits

Sensation de légèreté et d'apesanteur du corps parfois lourd pendant la grossesse

Soulage les tensions musculaires (dos, lombaires, sensation de jambes lourdes...)

Atténue les angoisses et l'hypersensibilité souvent liés à la grossesse

Permet de se retrouver en harmonie avec son corps et de mieux appréhender la naissance à venir

Favorise le lien et la communication maman/bébé :

Perception de sensation identiques et synchrones avec le bébé



Vanessa Ollivier - Praticienne diplômée en soins bien être aquatique

06.62.03.47.96. 60€ la séance Pensez aux bons cadeaux!



www.gaiazen64.wix.com/relaxation

Cabinet de kinésithérapie – Espace balnéothérapie-Avenue Espagne - Cambo-Les-Bains

Les séances proposées ne relèvent ni d'un suivi médical de grossesse, ni d'une préparation à l'accouchement. La méthode vise le bien-être et la détente en prenant en compte les besoins spécifiques de la femme enceinte.