

# sedute di shiatsu

## lunedì e sabato

Lo Shiatsu è un metodo di riequilibrio generale del corpo che utilizza semplicemente le mani. Mediante pressioni con il palmo e le dita su specifici punti e percorsi energetici aiuta a ristabilire il flusso e l'equilibrio dell'energia vitale, stimola le funzioni organiche, dà rilassamento e benessere fisico.

**È una tecnica più che mai attuale proprio perché le situazioni ambientali, i ritmi di lavoro e gli stress ci stanno portando sempre più lontano da un modello di vita equilibrato e dal contatto con il nostro corpo.**

**INFO:**

[www.piscinadibelluno.it](http://www.piscinadibelluno.it) - tel. 0437 940488 - [info@sportivamentebelluno.it](mailto:info@sportivamentebelluno.it)