



L'Eau de Soie

Espace du Mieux-être 04.74.71.14.19

Tantsu®

Séances

1 heure 60 €

30 min 40 €

La pratique du Tantsu® permet une évacuation rapide du stress et de l'anxiété. Souvent un sentiment de sécurité naît de cette pratique et de ce fait va favoriser le véritable lâcher prise.

Le Tantsu® va efficacement dénouer les blocages musculaires, réguler la circulation des liquides physiologiques et va permettre aussi une élimination efficace des toxines.

La méthode se pratique habillée sur un futon et dure généralement une heure.

Le Tantsu® est une méthode de relaxation qui a trouvé son origine dans l'eau... Elle a été développée en Californie par Harold Dull, poète et enseignant de Shiatsu. C'est à l'aube des années 1980, qu'il a élaboré les principes de base du Watsu (water-Shiatsu), et que simultanément il chercha à ramener sur terre les bienfaits de cette nouvelle technique de travail corporel aquatique.

La méthode allie efficacement des techniques d'étirement et de mobilisation articulaire inspiré de la méthode Zen Shiatsu du maître japonais Masunaga. Le principe est de ramener à terre beaucoup des qualités du Watsu dans lequel nous partageons notre bien-être avec les autres en les soutenant entièrement.