



~~~ DŌ IN ~ AUTORELAXATION ~ UN MOMENT POUR SOI ~~~

Après un parcours initiatique à l'école de Shiatsu A.Nahum Paris,
et depuis je me suis spécialisée dans le Dō In
et depuis je le pratique et l'initie comme un art de vivre.



Méthode corporelle traditionnelle japonaise provenant du Shiatsu.



Le Dō In est idéal pour vous préparer à démarrer toute activité, il vous aidera à passer une bonne journée, le corps et l'esprit harmonisés.

Le Dō In est une méthode corporelle douce relaxante et dynamisante à la fois, à la portée de tout public.

Elle offre des résultats immédiats et durables, dans un but préventif ou curatif. (fatigue installée, blessure, anxiété, préparation à un examen, à une audition ...).

Le Dō In ne comporte aucun danger, aucun risque.

J'aime poursuivre la séance en douceur par des Makko-Ho, 6 séries d'étirements saisonniers des méridiens, nos rivières d'énergie.

Nous partagerons ce moment en toute simplicité et que cela devienne, selon vos aspirations, un art de vivre, l'art du bien-être !



Dō In avec Corinne