

DU

TOUCHER

L'ART

LE MASSAGE THAÏLANDAIS

Editions
**RECTO
VERSEAU**

C. GALLOPPINI-BLANC



Le massage thaïlandais, appelé «Nuad», se pratique et s'apprend uniquement dans les temples et les centres de médecine. Ses bienfaits thérapeutiques ont passé les frontières. Il est de plus en plus pratiqué et enseigné dans le monde; cet art du toucher est le fruit d'une longue tradition vieille de plus de 2500 ans.

J'ai simplement repris les bases du massage thaïlandais en structurant une séance complète et en choisissant les postures «Asana» pouvant convenir à tous. Ainsi cette méthode, adaptée aux européens, peut donc s'apprendre chez nous.

ISBN 2-88343-118-3



32 FF / 10 FS

Collection
Ma santé au quotidien

