



Le shiatsu

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Le shiatsu

De Presses Universitaires de France - PUF

Le shiatsu De Presses Universitaires de France - PUF

 [Télécharger Le shiatsu ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le shiatsu ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Le shiatsu** De Presses Universitaires de France - PUF

128 pages

Présentation de l'éditeur

Issu de la médecine traditionnelle asiatique, le shiatsu (en japonais « pression des doigts ») est une technique qui consiste à utiliser les doigts pour exercer des pressions sur le corps et rétablir la libre circulation de flux d'énergie vitale. Reconnu comme médecine à part entière au Japon, où il s'inscrit dans une histoire pluriséculaire, il permet de retrouver l'équilibre et, sans traiter directement des symptômes, les considère comme une information du corps à prendre en compte. Le shiatsu, cependant, n'est pas qu'un travail sur le corps : en tant que sagesse, il touche aussi à l'esprit, aux émotions. Très efficace pour lutter contre les désagréments causés par nos modes de vie actuels, il libère le souffle et la respiration, détend le mental, dénoue les tensions et les stress accumulés. Les Occidentaux ne s'y trompent pas, qui sont de plus en plus nombreux à y recourir ou à s'y former. **Biographie de l'auteur**

Entrepreneur et consultant, Michel Odoul a fondé l'Institut français de shiatsu. Il est l'auteur, chez Albin Michel, de *Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi* (1994) et d'un traité de Shiatsu fondamental (3 vol., 2014

Download and Read Online **Le shiatsu** De Presses Universitaires de France - PUF #DEU9IXLJTBN

Lire Le shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF pour ebook en ligneLe shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Le shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF à lire en ligne.Online Le shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF ebook Téléchargement PDFLe shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF DocLe shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF MobipocketLe shiatsu par De Presses Universitaires de France - PUF EPub

DEU9IXLJTBNDEU9IXLJTBNDEU9IXLJTBN