



TALLER DE ESTIRAMIENTOS DEL MASAJE TAILANDES

El masaje tailandés tiene como orígenes la antigua medicina hindú y el budismo Theravada. Estos se propagaron en Tailandia en los siglos II-III a.C.

Lo que diferencia el arte del masaje tailandés de los otros tipos de trabajo corporal es su énfasis sobre los estiramientos. Estos se efectúan en posturas parecidas a las del yoga, con respeto y sensibilidad a las necesidades de la persona, siempre con relajación. Permiten descargar las cadenas musculares de la tensión acumuladas en el día a día y de restaurar la salud de los tendones; estimulan la vitalidad en general y ayudan a combatir las dolencias cardiacas y los dolores de espalda, retrasando el proceso de envejecimiento. También drenan los meridianos de acupuntura para que la energía fluya libremente, equilibrando a la vez todos los sistemas y órganos.

Fecha: **Por determinar.**

Horario: de 10:00 a 14:00 horas.

Precio: 35 Euros.

Imparte: Alain Bourguignon. Terapeuta en técnicas orientales.