



## MIREILLE

Praticienne shiatsu  
Méditation Do-in



## SHIATSU

Le shiatsu consiste en l'application des pressions des pouces et des mains sur les méridiens (canaux énergétiques en médecine traditionnelle traditionnelle), de mobilisations articulaires et d'étirements musculaires. Il réduit les tensions musculaires, renforce le système d'autodéfense de l'organisme, équilibre le système énergétique et atténue le stress.

**Mireille Gautier**

**06.31.07.80.93**

**[m.gautier.shiatsu@outlook.fr](mailto:m.gautier.shiatsu@outlook.fr)**

