

« L'Essentiel »

Soins Corporels et Massages de Bien Être

Le bol kansu

ou réflexologie plantaire indienne

La réflexologie plantaire indienne est une méthode appartenant à l'Ayurveda.

Ce massage de la plante des pieds est effectué avec un bol Kansu composé d'un alliage de 3 métaux (cuivre, bronze et zinc).

Un bain de pieds est pratiqué au départ avec des sels détoxifiants et des huiles essentielles ayurvédiques (15 min).

J'utilise du beurre de karité avec le bol pour masser les zones réflexes de la voûte plantaire et stimuler les fonctions de nos différents organes (45 min).

La réflexologie plantaire au bol Kansu entraîne une grande sensation de calme et apaise le mental. Elle améliore le métabolisme en général. Ce massage est apprécié des enfants, des adultes et des personnes âgées. Il permet de rétablir un bon sommeil, d'évacuer le stress et la nervosité. Sa pratique régulière conduit à une meilleure circulation de l'énergie vitale.