

Lina DEL RIZZO

**Réflexothérapie plantaire-palmaire, Réflexologie vectorielle, Massage crânien (méthode Prana – Ayurveda)** chaque samedi de 13H à 17H



### **Qui est Lina DEL RIZZO?**

Nombreuses sont ses formations dans les domaines du bien-être

**Chiro-Podo-Réflexothérapie & Réflexologie vectorielle:** formation par J.C. LAMY (KOAN): Théorie et pratique – Physiologie - Techniques de stretching des méridiens et de relaxation - Techniques de dynamisation énergétique - Relaxation coréenne – Les vectoriels **Tara Rokpa Therapy (relaxing healing)** - par J.C. LAMY (KOAN) - 1er niveau suivant l'enseignement du Dr. Akong Rimpotché - Relaxing healing = technique de (auto-) guérison par relaxation, visualisation, méditation active **Massage crânien (méthode Prana – Ayurveda)** – par M. Van Breusegem (Centre PRANA) **Aromathérapie:** par Tina RUSSILLO (suivant la méthode du Dr. Baudoux -1<sup>er</sup> niveau) + Une longue pratique du **magnétisme énergétique** & recherche constante de **développement personnel** (méditation, chant, biodanza, lectures)

### **Que propose-t-elle à « en-Vies » pour vous aider ?**

1. **La réflexologie** qui peut être un excellent complément à un traitement médical et/ou psychologique. Le toucher nourrit les cellules de la peau et permet de (re)prendre conscience de ses pieds et ainsi de son ancrage à la terre, à la vie. Empathique et respectueux, il conforte dans le bonheur (retrouvé) de se sentir choyé. En activant les différents organes et systèmes du corps, par digipressions et massages en profondeur des points dits 'réflexes', l'équilibre intérieur s'installe. Une personne en état de choc, après une séance d'une heure, bénéficiera déjà d'un relâchement des tensions intérieures, et se sentira plus forte d'une manière naturelle. Pour les personnes en état de souffrance grave, 3 ou 4 séances espacées d'une semaine de jours sont préconisées. Ensuite, nous pourrions passer à une par quinzaine et enfin, une par mois ou 6 semaines pour un entretien de bonne forme et d'équilibre. **45€ / heure** (\*)

2. **Réflexologie vectorielle** (pieds) stimule les vecteurs énergétiques du corps tout en éliminant les toxines stagnantes et permet de 'relancer la machine' **20€ / 20 min** (\*)

3. **Le massage crânien de tradition indienne (Méthode Prana)** (20 min.) Inspiré des techniques de massage ayurvédique, ce massage de la tête et du dos se pratique assis et habillé. Par des mouvements tantôt doux, puis plus appuyés, il apporte un effet relaxant ou stimulant, bénéfique tant au corps qu'à l'esprit : relâche les tensions (musculaires, stress), apaise l'esprit et favorise la concentration **20€ / 20 min** (\*)

(\*) (prise en charge partielle selon conditions expliquées à l'accueil)

*en-Vies*