



Réflexologie pour la forme et le bien-être

 Télécharger

 Lire En Ligne

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

Réflexologie pour la forme et le bien-être

Elisabeth Breton

Réflexologie pour la forme et le bien-être Elisabeth Breton



[Télécharger Réflexologie pour la forme et le bien-être ...pdf](#)



[Lire en ligne Réflexologie pour la forme et le bien-être ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Réflexologie pour la forme et le bien-être Elisabeth Breton

92 pages

Présentation de l'éditeur

La réflexologie dite "moderne" ou "occidentale" a été développée au début du XXe siècle par des médecins américains et européens ayant analysé le rôle des réflexes dans le système nerveux. La réflexologie se base sur le fait que les nerfs et les organes du corps sont reliés à des points spécifiques (appelés zones réflexes) situés aux extrémités des pieds, des mains et du visage. Les zones réflexes sont reliées aux organes par des connexions nerveuses. La pratique de la Réflexologie est liée aux stimuli nerveux. Le toucher réflexe est un stimulus, capté par différents récepteurs de la peau et transformé en influx nerveux. Il est avéré que des courants électriques traversent le corps passant à travers tout le système nerveux, lui-même relié à tous les organes et tissus du corps. La réflexologie a une action régulatrice des équilibres nerveux, sanguin et métabolique. Elle est une solution douce et efficace en cas de maux à répétition, d'ordre psychosomatique: constipation, douleurs musculaires du dos, migraine, fatigue, surmenage, troubles hormonaux, trouble du sommeil, tension nerveuse, anxiété, agitation... La réflexologie a un effet calmant, déstressant, drainant et revitalisant.

Biographie de l'auteur

Elisabeth Breton, criminologue de formation universitaire, s'oriente depuis 2001 vers le domaine de la Gestion du stress, du Développement Personnel et du Bien-être de la personne. Elle est Membre d'International Council of Reflexologists. Elle propose des formations professionnelles aux métiers de Relaxologue et de Réflexologue.

Download and Read Online Réflexologie pour la forme et le bien-être Elisabeth Breton #XLR6HDNB4KZ

Lire Réflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton pour ebook en ligneRéflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton 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 Réflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton à lire en ligne.Online Réflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton ebook Téléchargement PDFRéflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton DocRéflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton MobipocketRéflexologie pour la forme et le bien-être par Elisabeth Breton EPub

XLR6HDNB4KZXLR6HDNB4KZXLR6HDNB4KZ