

Bien-être en entreprise : Le AMMA ASSIS



Cette technique est basée sur l'art japonais d'acupression nommé AMMA "Calmer par les mains" qui consiste en une série de pressions, étirements et percussions sur les épaules, le dos, la nuque etc...

La relaxation Amma, véritable pause revitalisante, est conçue pour une pratique sur le lieu de travail.

UNE INTERVENTION AU CŒUR DE VOTRE ENTREPRISE ...

Le AMMA assis s'adresse à toute personne qui souhaite une détente immédiate, quelque soit le **poste occupé** dans l'entreprise.

Il apporte une meilleure résistance face au stress.

L'installation est rapide et 6 m² suffisent pour la chaise ergonomique.

> Pas besoin d'intimité, il se réalise habillé, dans un bureau, une salle de réunion, ou de repos.

> Il peut se réaliser pendant le temps de pause des salariés et par conséquent il ne gêne pas le fonctionnement habituel de l'entreprise.

PARENTHÈSE se déplace* dans vos locaux ponctuellement, à raison d'une fois par mois, par quinzaine, par semaine ...

Ensemble, nous définissons la fréquence et les horaires qui vous conviennent sans engagement de durée !

LE AMMA EN ÉVÉNEMENTIEL

Le massage amma assis offre une touche dynamique lors des demi-journées, journées ou soirées événementielles : congrès, cocktail, salon, exposition, événement sportif, arbre de Noël...

Il permet de créer de l'animation sur un stand, en attirant de nouveaux visiteurs.

C'est également un cadeau qui sera très apprécié par vos clients et vos collaborateurs.

Adapté à l'événementiel, le massage amma apporte bien-être, détente et convivialité.

* pour un minimum de 2 heures

Devis réalisé gratuitement
sur simple demande au 03 22 45 37 01

Parent(è)se
Un temps pour soi

Bien-être en entreprise : Le AMMA ASSIS

LA TECHNIQUE

La séquence est conçue pour **apaiser** puis **stimuler**.

Le massage commence avec une activation relaxante des points et s'achève sur une série de percussions vitalisantes. Le massage assis n'a pas d'intentions thérapeutiques et il ne cherche pas à régler les problèmes de dos ou de migraines, mais pratiqué avec de bonnes intentions, il a des effets bienfaisants.

Ce style particulier de massage travaille, la tête, la nuque, les épaules, les bras, les mains, le dos et les hanches à travers les vêtements. Pendant la séance, la pression est adaptée en fonction de chaque personne.

QUELS EN SONT LES AVANTAGES ?

Le but d'une séance est de vous faire retrouver les bienfaits des états de relaxation, de récupération, de gestion du stress.

L'objectif du massage assis est de vous permettre rapidement de vous :

- Détendre
- Déstresser
- Reconcentrer
- Relâcher les tensions
- Tonifier
- Redynamiser
- Réénergétiser.

**Le amma assis contribue à améliorer notre qualité de vie
et procure détente et vitalité.**

L'institut Parenthèse se déplace chez vous !

Pour toute information,
contactez-nous au 03 22 45 37 01

Parent(*èse*)
Un temps pour soi