

Massages sportifs

Martine François Mazier
Professionnelle de santé

Sportifs, préservez votre capital santé !

Le massage sportif prend soin de vos muscles, tendons, ligaments et articulations. Préserve votre souplesse musculaire.

Les bienfaits...

Aide à la préparation physique et psychologique. Prépare les muscles et les articulations afin d'éviter les blessures et permet au sportif d'être rapidement opérationnel. Stimule la micro-circulation sanguine et lymphatique.

Favorise la récupération en évacuant les toxines, prévient l'apparition des courbatures, détend le corps en éliminant les tensions.

Soigne les blessures : crampes, courbatures, contractures, claquages, sensations de fatigue...



02.33.58.28.45 - 06.82.52.29.16

www.massagesmanche.com

Massages

Martine François Mazier

Professionnelle de santé

A propos...

Professionnelle de santé, Infirmière Diplômée d'Etat depuis 1994, je suis formée aux techniques de massages de type : Relaxation & Bien-être, Suédois et Sportif.

Régulièrement, je participe à des conférences, formations et événements sportifs me permettant d'accéder à de nouvelles pratiques et ainsi en faire bénéficier les personnes qui viennent se faire masser.

Je propose également des soins axés sur le bien-être et la détente (visage et corps) favorisant l'apaisement mental. Ainsi que des soins de pieds et détoxination.

Tarifs & coordonnées

Séance de 30mn minimum selon le massage, j'utilise des huiles essentielles aux vertus variées : détente, tonicité, soulagement...

Spécifique dos.....	29 €
Spécifique membres supérieurs, cou et trapèzes.....	29 €
Spécifique membres inférieurs, fessiers et pieds.....	29 €
Massage bien-être & détente (1h15)	65 €

Martine MAZIER - Montigny - 50540 Isigny-le-Buat

Tél. 02 33 58 28 45 - 06 82 52 29 16

Courriel : martine@massagesmanche.com

SIRET 392 783 932 000 24 8690D

Les conseils de Martine...



Formée à l'aromathérapie

"L'huile essentielle de lavandin décontracte, relaxe et prépare le muscle en douceur. En prime, elle vous permettra d'appréhender au mieux votre compétition"