



### Automassage des pieds selon l'ayurveda

Perrine Nicolas vous fera découvrir l'auto-massage des pieds selon l'ayurveda, médecine indienne ancestral et holistique, et ses bienfaits.

Vous apprendrez les gestes clés pour prendre votre bien-être en main ainsi que les différentes huiles à utiliser.

Venez avec une serviette de toilette et un coussin de sol et si possible un ou plusieurs tapis de sol.

Tarif : 18 euros, sur réservation :

<https://www.weezevent.com/atelier-auto-massage-coudacoud>



ATELIER SELON L'AYURVEDA  
*auto-massage des pieds*

par Perrine Nicolas thérapeute corporelle



*jeudi 5 mars 2020, 18h30-20h30*

L'ORTIE ROULE

47, rue des Orteaux, Paris 20 ème

18 € sur réservation

06 89 62 66 82 /

perrine.nicolas.ayurveda@gmail.com