

Nous enfouissons de façon consciente ou inconsciente depuis notre plus jeune âge dans nos couches musculaires, des émotions issues de notre vécu, de nos expériences et parcours de vie. Un panel d'émotions qui nous traversent tout a long de notre vie et que se logent au fil du temps au sein de notre corps, entravant la bonne circulation de l'énergie vitale et ayant des répercussions sur notre corps physique (douleurs chroniques, posture naturelle), notre émotionnel, notre santé...

Notre corps nous parle, il ne tient qu'à nous de savoir l'écouter et le décrypter afin de mettre fin à ces schémas qui ne nous appartiennent pas toujours et libérer les tensions musculaires très souvent liées à notre émotionnel.

SUR RENDEZ-VOUS



Stéphanie MARTIN
06.63.45.02.83

CENTRE DE MÉDECINE DOUCE

113 traverse chevalier, res. Les grands pins bât. A
13010 MARSEILLE

www.essentiellesbienetre.com

TME

**MASSAGE ANTI-DOULEURS &
LIBÉRATION ÉMOTIONNELLE**



La méthode TME a été fondée par notre thérapeute Stéphanie Martin. Protocole déposé et protégé auprès de l'INPI

MASSAGE TME

Trigger Massage Energie

TME est un massage énergétique neuro musculaire global s'effectuant sur l'ensemble du corps ou bien sur des zones ciblées. Il s'effectue dans un premier temps par pressions et digipuncture, étirements puis par un massage effectué à l'huile légère.

Le protocole consiste à allier au travail technique des structures myofaciales, un rééquilibrage énergétique et libération des noeuds musculaires. Afin d'intensifier la détente musculaire et psycho émotionnelle, est ensuite effectué un massage relaxant et profond.



LIBÉRER

Le corps et l'esprit

Cervicalgies, Torticolis

Migraines

Lombalgies, Dorsalgies

Néuralgies, Tendinites

Suite contusions, entorse, fracture

Elongation, Contractures, Crampes

Noeuds, Tensions, Inflammations

Accompagnement pathologie

Accompagnement du sportif

Douleurs chroniques ou passagères

Fibromyalgie

HONORAIRES

30€/30min - 50€/1h00

SEANCE LTME

Libération des tensions musculaires & émotionnelles

En alliant la relaxation et l'exécution de mouvements corporels simples accompagnés d'accessoires, LTME permet de se mettre en connexion avec son corps et son esprit et libérer petit à petit, en douceur et à son rythme, les tensions musculaires.

Durant les séance, la thérapeute allie au travail pscho-corporel, du décodage biologique afin de comprendre ou faire des liens par rapport à l'origine de nos maux.

