

MARTIN DUFOUR

MASSOTHÉRAPEUTE

MASSO
THÉRAPIE
Bien-être & relaxation

Prenez un moment pour vous

Dans la yourte ou le confort de votre chalet,
profitez d'un moment pour relaxer et vous ressourcer.

90\$/60 min*

120\$/90 min*

*Reçu d'assurance remis. Tarifs sujets à changement sans préavis.

RÉSERVATION



TÉLÉPHONE

1 877 278-9338



COURRIEL

info@eskernature.com



TEXTO

418 455-8572

MARTIN DUFOUR

MASSOTHÉRAPEUTE

Martin se passionne pour la course (trail en forêt), été comme hiver il chausse les espadrilles et raquettes et part à la découverte des grands espaces. Le corps physique dans tous ces aspects, est pour lui un trésor à préserver, et c'est ce qui motive Martin à poursuivre son perfectionnement en massothérapie sportive.

Pour créer l'union du corps avec la nature, profitez des nombreux bienfaits de la massothérapie.

MASSAGE SUÉDOIS

C'est la technique la plus classique et populaire en occident. C'est un massage thérapeutique doux, mais profond et tonifiant. Il s'agit d'un enchaînement de manœuvres appliquées sur la masse musculaire ou les articulations. Il aide à relaxer et à détendre les muscles endoloris, le tout sans douleur.

MASSAGE SPORTIF

Contrairement à ce que son nom l'indique, il n'est pas nécessaire d'être un athlète pour recevoir ce type de massage. Les différentes techniques utilisées par le massothérapeute sont plus lentes et des pressions plus profondes sont appliquées dans les régions localisées. Cette approche est efficace pour traiter les tensions chroniques, prévenir ou soigner des blessures. Il permet de libérer les adhérences ce qui favorise le retour à la mobilité des muscles. Il peut également apporter une bonne sensation de détente avant ou après un effort.

Accrédité par le réseau des massothérapeutes du Québec
www.rmpq.ca