



## « La relaxinésie »

Technique de relaxation (habillée), fondée sur le lâcher-prise et des mobilisations passives, et qui apporte dès les premières manoeuvres un relâchement complet, efficace, agréable à recevoir. Cette détente est obtenue par l'intervention d'un partenaire qui mobilise toutes les articulations. Douce et progressive, pratiquée à l'aide de la respiration, là est toute l'originalité de cette relaxation.



**Irène de Lucé**, titulaire d'un brevet d'état jeunesse et sport, d'un brevet d'état de la culture et diplômée de l'école IFJS [www.toucher-massage.com](http://www.toucher-massage.com). Animatrice et formatrice en relaxinésie au sein de l'école Latin Feet Danse 41 (cours de relaxi-danse), stage festival DARC 36 et grand stage d'été Massages et multirythmes (Montpellier). Intervenante dans les écoles, dans les entreprises, mairies ou chez les particuliers.

**Contact Irène de Lucé : 06 08 28 93 70.**

