

Sports

Soirée « bien-être » avec l'OMS

Plus d'une trentaine de personnes s'étaient rendues à la soirée « bien-être » organisée par l'OMS le 10 mai dernier. L'après-midi même, la professionnelle nancéenne de Shiatsu et de Méthode de Libération des Cuirasses (MLC) n'a pas eu la possibilité de revenir à temps de Paris, où elle était en déplacement, mais ce n'est que partie remise pour l'an prochain. Cela dit, les présents n'ont pas regretté leur déplacement !

En première partie, Valérie Nople, professionnelle de la méthode Théraforme, a présenté les principes de sa méthode naturelle d'amincissement, avec prise de conscience d'une alimentation naturelle et

organisée, avec un travail effectué sur les méridiens du corps.

Ensuite, Pascale Pierrot-Cracco a fait découvrir une pratique de shiatsu (système de pression sur les méridiens du corps), tout d'abord, dite de « bien-être », puis des shiatsu plutôt curatifs, permettant de soulager des petits maux, seule ou à deux.

Et enfin, la technique de Kuatsu fut appréhendée. Celle-ci se fait par petites percussions appliquées sur les méridiens.

Bon nombre d'associations sportives étaient présentes. Chacune et chacun est reparti(e) enchanté(e) de cette soirée, comme d'habitude fort conviviale ! (JPF)

