



**Un corps détendu
récupère plus vite.**

En prévention pour stimuler le **système immunitaire**, ou pour soulager des troubles et inconforts (**sommeil, allergie saisonnière, système hormonal, respiratoire, douleurs** ...), le soin de réflexologie est **adapté à toute la famille** (bébé, enfant, ado, adulte).

En stimulant les **zones réflexes** correspondant aux différentes parties du corps et aux organes, celles ci vont donner l'information au cerveau afin de **rétablir l'équilibre** du corps tout en apportant de la détente.

Le réflexologue n'est pas médecin, n'intervient dans aucune décision thérapeutique ou traitement médical, mais sa pratique est complémentaire à la médecine conventionnelle.



**Valentine
CARRILLO**

Entreprise individuelle
Réflexologue certifiée



06 89 66 13 73



dlateteauxpieds@yahoo.com



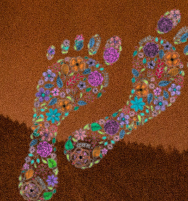
<https://www.dlateteauxpieds.fr>



**Cabinet- Ecopôle
71 Avenue Pierre Fabre
81500 Lavar**



**Tout commence par les
pieds !**



La réflexologie pour les sportifs est bénéfique, **quelque soit le sport et le niveau.**

En se dépassant le sportif repousse parfois, ses limites.

En accumulant les toxines dans le corps, des maux peuvent apparaître : crampes, cors, troubles digestifs, défaillance du système immunitaire, douleur musculo squelettique...



Réflexologie et préparation physique

La réflexologie apporte **détente musculaire et mentale** avant l'effort. Elle permet de faire circuler la lymphe et le sang pour une **meilleur oxygénation**. Un travail sur les **zones respiratoires** est **bénéfique**.



Réflexologie et récupération physique

La récupération après l'effort physique permet de **soulager et détendre les zones douloureuses**. En plus de favoriser **l'élimination des toxines** présentes, la réflexologie apporte **légèreté** en réduisant les tensions musculaires et nerveuses.