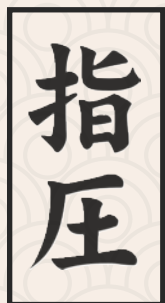




SHIATSU
BIENESTAR



SHIATSU PARA EMPRESA

Pensando en ayudar a las empresas a brindar un mayor estado de bienestar a sus colaboradores, principalmente tratando una serie de dolencias típicas del trabajo de oficina.

指圧

El Shiatsu es un tratamiento terapéutico de digitopresión de origen japonés, reconocido y avalado por el Ministerio de Sanidad de Japón desde 1957, y que considera el cuerpo como un todo, es decir, el estado emocional influye al estado físico de la persona.

Shiatsu regula el Sistema Nervioso Autónomo (SNA) y al recibir la terapia se reducen los niveles de cortisol (hormona que se incrementa como respuesta del cuerpo ante situaciones de estrés) logrando relajar, equilibrar y activar la recuperación del organismo.



SERVICIO ESPECIAL PARA EMPRESA

Pensando en ayudar a las empresas en brindar un mayor estado de bienestar a sus colaboradores, principalmente tratando una serie de dolencias típicas del trabajo de oficina, tales como:

- Síndrome de Burnout (Estrés laboral crónico).
- Problemas de Sueño.
- Músculos contraídos y dolor de cabeza
- Problemas de espalda o cuello.

TE HACEMOS FÁCIL EL SERVICIO

- Brindamos el servicio directo en tus oficinas, evitando traslados y pérdidas de tiempo.
- Llevamos todos los implementos necesarios y los terapeutas requeridos para optimizar la atención.
- Los participantes no necesitan ningún requerimiento previo.



BENEFICIOS DEL SHIATSU

Nuestra experiencia nos ha demostrado que es posible:

- Disminuir ausentismo laboral por cervicalgia, lumbalgia y depresión.
- Mejora el rendimiento de los empleados.
- Incrementa la productividad.
- Refleja un interés por el bienestar de los empleados.
- Enriquece el trabajo en equipo al incentivar segregación de endorfinas que mejoran el estado de ánimo y ansiedad.
- Mejorar la concentración y el pensamiento creativo.
- Aumentar la satisfacción laboral.
- Efectos preventivos sobre la salud y mejora la calidad de vida ante enfermedades crónicas.
- Con los cursos de automasaje en grupo se ayuda a gestionar mejor el estrés, fomenta el autocuidado y la autoestima, además de la compasión y comprensión humana.



PROGRAMAS

AUTO SHIATSU

CURSO DE AUTOMASAJE CON TÉCNICAS ORIENTALES.

ONLINE O PRESENCIAL

- Relajación y liberación de estrés y ansiedad.
- Mejora problemas de digestión y cansancio.
- Ayuda a mejorar y prevenir crisis (dolor agudo) de lumbalgia y tortícolis en el acto.
- Incorporación de hábitos posturales sanos y preventivos.
- Ideal para mejorar las patologías generadas por el teletrabajo.



Escribenos 



90 min.



con ropa



sin cremas
ni aceites

QUICK SHIATSU

SHIATSU PAUSA DE DESCANSO

Efectivas sesiones de 15 a 20 min (individuales) que pueden ser recibidas en cualquier lugar, porque el shiatsu se recibe vestido y nuestro estilo se adapta a necesidades modernas.

- Alivia rápidamente los dolores de cuello y de espalda, lumbares, fatiga, jaquecas, estrés, problemas de ansiedad y mucho más...
- Ideal para eventos y congresos con jornadas intensas, incluyéndolo como descansos para los asistentes.



Escribenos 



15 a 20
min.



con ropa

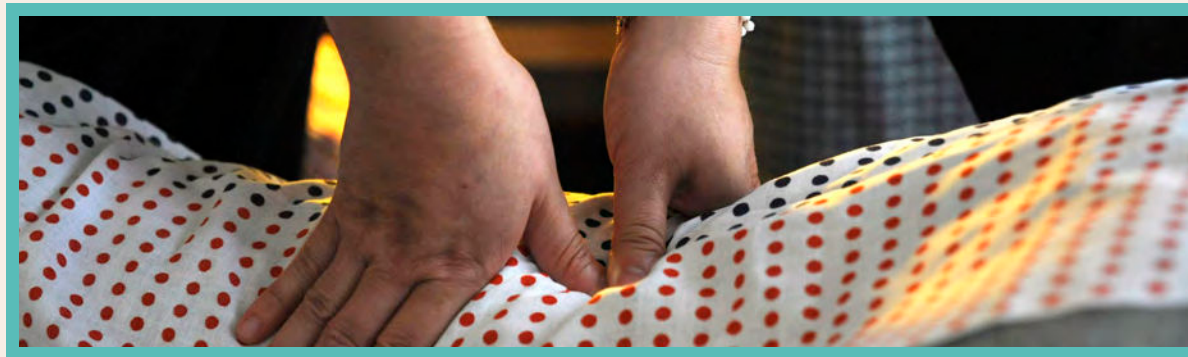


sin cremas
ni aceites

FULL SHIATSU

SESIÓN DE SHIATSU COMPLETA INDIVIDUAL

Es cada vez menos el tiempo que entregamos a nuestros bienestar, y cada vez más al trabajo, por ende diseñados este servicio para ir a tu lugar de trabajo para que ahorres tiempo y puedas acceder a nuestra terapias para recargar energías.



Escribenos



60 min.



con ropa



sin cremas
ni aceites

TAMARA LÓPEZ

SHIATSUKA

Fundadora del Espacio de Shiatsu Bienestar de San Lorenzo del Escorial con más de 13 años de experiencia. Especialista en Shiatsu Aze e instructora oficial de Shiatsu Namikoshi.

Ha impartido cursos y sesiones particulares desde 2012 y desde 2021 ha abierto su propio espacio de Shiatsu para hacer llegar los beneficios del Shiatsu desde nivel particular a la formación, acompañamiento y acercamiento de los beneficios a todas las personas que puedan ayudar los beneficios del shiatsu.

Llegar a las personas en su entorno laboral es su objetivo y proyecto desde hace varios años ya que la experiencia a demostrado que se puede mejorar significativamente la calidad de vida de los trabajadores o del los asistentes a congresos.





Espacio

SHIATSU
BIENESTAR

Hablemos Ya! 



Escribenos 

