https://www.saintsebastien.fr/annuaire/sandra-motsch/

Sandra Motsch

13 mai 2025

Diplômée en réflexologie plantaire, palmaire et facio-crannienne, je propose des séances à tous.

La réflexologie est une pratique de bien-être fondée sur la stimulation de zones spécifiques du corps, appelées « zones réflexes ». Ces zones, situées principalement sur les pieds, les mains et le visage, sont en lien avec différents organes et systèmes du corps. En exerçant une pression douce sur ces points, le réflexologue aide à rétablir l’équilibre naturel du corps et à favoriser son bon fonctionnement.

Les bienfaits sont multiples comme :

- La réduction du stress et de l’anxiété
- L’amélioration de la circulation sanguine et lymphatique
- Le renforcement du système immunitaire
- L’apaisement des douleurs