

LES BIENFAITS DU MASSAGE ABHYANGA

- ❖ Une peau nourrie : les huiles utilisées sont profondément hydratantes et rendent la peau plus douce et plus éclatante.
- ❖ Une réduction du stress : l'Abhyanga a un effet apaisant sur le système nerveux, réduisant ainsi l'anxiété et les tensions musculaires.
- ❖ Une meilleure circulation sanguine : l'huile chaude et les mouvements du massage améliorent le fonctionnement des organes vitaux et la santé de la peau.
- ❖ Une détoxification corporelle complète : le massage stimule le système lymphatique qui aide à éliminer les toxines du corps.