

Massage yogique anti-stress selon l'enseignement de Yogi Bhajan

Param Prakash Kaur / Isabelle Mata,
diplômée KUNDALINI RESEARCH INSTITUT
06 29 91 37 03



*Le massage yogique anti-stress se pratique tout habillé .
Il aide à lutter contre le stress, améliore la santé
et favorise la relaxation.
Il consiste à masser 12 points très précis dans un ordre
et pendant une durée déterminés.
Ce massage a été donné par yogi Bhajan, maître
de Kundalini yoga.*