

Séance individuelle

PLONGER EN SOI



BIENFAITS DE L'AQUA RELAXATION

- assouplissement des tissus
- assouplissement des articulations
- amélioration de la psychomotricité
- augmentation du tonus et de la créativité
- soulagement des problèmes de dos
- diminution de l'anxiété et du stress
- soulagement de la charge sur la colonne
- diminution de la sensation de jambes lourdes
- fluidification de la circulation sanguine et énergétique
- libération des tensions musculaires
- apaisement de l'esprit

CONTRE INDICATION EN CAS DE :

- fièvre (+ de 38)
- maladie contagieuse ou grave (phase aiguë)
- épilepsie
- défaillance cardiaque
- plaie ouverte importante
- infection urinaire ou respiratoire
- infection du sang
- trachéotomie
- incontinence
- diabète (après la prise)
- règles abondantes
- juste après un repas copieux
- après une prise d'alcool ou de drogue

Je soussigné(e)

Avoir pris connaissance des bienfaits et des contre-indications de la pratique en eau chaude

Le signature.....

BULLETIN D'INSCRIPTION

Séance aquaRelax sonore

Séance aquazen

date de votre séance souhaitée:horaire

Les demandes sont traitées par ordre d'arrivée. Vous recevrez une confirmation
d'inscription par mail

NOM.....PRENOM.....

DATE DE NAISSANCE.....ADRESSE.....

MAIL.....TELEPHONE.....

cochez la case

j'accepte **Je n'accepte pas** **que les informations saisies dans ce formulaire soient utilisées, pour m'envoyer la newsletter trimestrielle**

Les données strictement personnelles du participant seront traitées conformément au règlement européen RGPD. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée et au Règlement européen n°2016/679/UE du 27 avril 2016 (applicable dès le 25 mai 2018), vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et d'effacement de vos données ou encore de limitation du traitement. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.