MIRECOURT Santé

Les soirées bien-être de l'office municipal des sports font florès

Plus d'une trentaine de personnes s'étaient rendues à la soirée bien-être organisée par l'OMS. Si l'après-midi même, la professionnelle nancéenne de Shiatsu et de Méthode de Libération des Cuirasses (MLC), en déplacement, avait dû déclarer forfait, n'ayant pas la possibilité de revenir à temps de Paris, les présents n'ont pas regretté d'être venus.

En effet, en première partie, Valérie Nople, professionnelle de la méthode Théraforme, a présenté les principes de sa méthode naturelle d'amincissement, avec prise de conscience d'une alimentation naturelle et organisée, avec un travail effectué sur les méridiens du corps.

Ensuite, Pascale Pierrot-Cracco a fait découvrir une pratique de shiatsu (système de pression sur les méridiens du corps), tout d'abord, dite de bien-être, puis des shiatsu plutôt curatifs, permettant de soulager des petits maux, effectués seul ou en tandem. Et enfin, la technique de Kuatsu fut appréhendée. Celle-ci se fait par petites percussions appliquées sur les méridiens.

Bon nombre d'associations sportives étaient présentes. Chacun des participants est reparti enchanté de cette soirée remarquable d'une convivialité forcément plébiscitée.

Une trentaine de participants à cette soirée bien-être.