

Sandra Giancola

Praticienne PIDDDS - Coach sportif - Peak Pilates trainer

Ancienne athlète olympique argentine, je mets à profit mon expérience sportive de haut niveau, ainsi que ma formation scientifique en biologie, pour permettre à mes clients de recouvrer leur dynamisme grâce à l'équilibre physique et fonctionnel du corps.

Ma spécificité

Je ré-équilibre le corps en douceur avec mes mains pour stimuler ses capacités d'auto-régulation et l'aider ainsi à se réparer lui-même, progressivement.

Je prends en compte les causes à l'origine du dysfonctionnement du corps.

Mon client idéal

Les personnes qui sont en souffrance - petite ou grande - et qui n'ont pas trouvé de solution à leurs problèmes pour retrouver

- santé,
- dynamisme,
- volonté
- et équilibre.

Atelier (8 participants)

Ré-équilibrer le corps pour stimuler ses capacités d'auto-guérison

Présentation rapide de l'approche PIDDDS.

- Les participants vont remplir un questionnaire sur les gênes physiques et/ou psychologiques ressenties.
- Ensemble nous allons étudier plusieurs questionnaires pour comprendre le pourquoi et comment de la réaction de chaque corps.
- Nous poursuivons avec des exercices d'auto-guérison.
- Nous clôturons avec une respiration et relaxation.

Prévoir des vêtements confortables.

Nouvelles dates à venir

Inscriptions : <https://www.uneamecreative.com/soirees/>