

# La réflexologie

La réflexologie intégrale s'exerce sur des points spécifiques des mains et des pieds correspondant chacun à une fonction organique particulière. Par des pressions soutenues sur ces points, la réflexologie agit sur les systèmes circulatoire, lymphatique, respiratoire et nerveux. Elle régularise l'ensemble de l'organisme et conduit à une profonde relaxation.

La réflexologie plantaire est une méthode thérapeutique qui consiste à provoquer des réflexes en certains points particuliers, des pieds, des mains, des Oreilles.