

Les Olympiennes



S'ouvrir naturellement à
l'art du massage aromatique

Distribué par

**AromaBio.fr**

TENDOLOR

ACL: 7846510



Les tendinites, la plus fréquente des maladies des tendons, sont le résultat d'un phénomène inflammatoire douloureux qui freine la mobilité. **L'arthrose**, la plus fréquente des maladies des articulations, et **les rhumatismes** sont le résultat d'une dégénérescence du cartilage et de l'appareil locomoteur principalement sous les climats froids et humides. **L'organisme subit une usure**; les tendons perdent leur souplesse; les articulations deviennent

raides et moins mobiles. Ces affections sont douloureuses, lancinantes et chroniques. Un **massage avec TENDOLOR** maintient la **souplesse des articulations** et soutient la **préservation du cartilage**.

Dans **une base d'huiles végétales** qui hydratent la peau, **les huiles essentielles** d'eucalyptus citronné, de lavandin, de gaulthérie couchée, de genévrier commun, de pin sylvestre, de romarin à camphre, de poivre noir et de cèdrelopsis enrichissent cette superbe huile de massage aux **vertus apaisantes**.

Technique de massage

- Pour toute gêne musculaire, articulaire ou tendineuse: faites pénétrer le plus délicatement possible avec des gestes légers, l'huile de massage Tendolor pour bénéficier de toutes les fabuleuses propriétés des huiles essentielles qu'elle contient.
- Pour la récupération après l'effort physique: appliquez généreusement l'huile Tendolor sur les zones sensibles ou à risque avec des gestes doux et pénétrants.

Règle d'or
moins d'excès alimentaire = plus de mobilité

BIEN-ÊTRE

ACL: 7846504



Le stress! Il nous envahit, nous rend la vie impossible. Dans le plexus, dans la nuque, dans les trapèzes dorsaux, dans les pieds, les jambes, **il est partout.** Arrêtez sa progression par un massage le soir avec l'huile **BIEN-ÊTRE**, profitez de ce moment privilégié pendant lequel on peut évacuer tous les soucis de la journée. Une première expérience risque de vous rendre "accro" de cet instant où **le corps peut décompresser** et s'endormir en toute quiétude. Cette huile **BIEN-ÊTRE** est tout indiquée

pour les enfants agités ou qui s'endorment difficilement. Ce sera un réel plaisir et un peu de bonheur tant pour l'enfant que le parent qui en ressentira les bienfaits **immédiatement.**

Les **huiles végétales** sélectionnées constituent une excellente huile de massage et sont idéales pour servir de base aux **huiles essentielles** de palmarosa, de lavandin, de litsée citronnée, de mandarinier, d'ylang-ylang, de cajeput, de romarin à cinéole, de bois de Hô et de pin de Patagonie. Alliée précieuse pour favoriser un **moment de détente**, cette huile de massage vous livrera tous ses bienfaits **pour votre confort et votre bien-être.**

Technique de massage

- En cas de stress passager, pour un bon repos nocturne: un massage du dos, de part et d'autre de la colonne vertébrale avec des geste doux et lents.
- En cas de tension et d'effort de toute nature chez l'enfant, le massage se fera sur le plexus solaire ou le ventre.
- Pour favoriser un bon équilibre mental, quelques gouttes à masser lentement sur le plexus solaire et un massage du dos de 20 minutes sont tout à fait bénéfiques pour le corps et l'esprit par la sensation de détente et de relaxation qui en résultera de manière naturelle.

Règle d'or
déstressé = santé équilibrée



L'appareil locomoteur avec ses muscles, ses articulations et ses os demande une **attention permanente** sinon les crampes, courbatures, douleurs, inflammations (tendinites, tennis elbow) envahiront un physique mal préparé. Un mouvement forcé ou inadapté en ski, au tennis, en randonnée, en planche à voile et vous voilà avec **une douleur envahissante qui gâche votre plaisir**. Un massage avec **SPORTONIC** se révélera souverain avant l'effort

pour **faciliter l'irrigation des muscles et des articulations** évitant ainsi courbatures et engourdissements.

Les huiles essentielles de lavandin, d'ylang-ylang, de basilic, d'estragon, de romarin à cinéole, de giroflier, de bois de Hô, d'épinette noire, de menthe poivrée, de cyprès et de cannelle feuille se marient à merveille **dans un mélange équilibré d'huiles végétales** qui adoucissent la peau. Cette synergie très complète peut aussi être appliquée en cas de "raideur" de la nuque ou de faux mouvement. Elle est idéale pour une **préparation à tout effort physique**.

Technique de massage

- Avant l'effort: massez vigoureusement les masses musculaires concernées. Pétrissez les muscles afin de les mobiliser.
- Pour des muscles reposés la nuit: massez doucement les mollets le soir au coucher.
- Pour prendre soin des muscles fatigués et en cas de raideur après le sport: appliquez localement l'huile Sportonic par effleurage léger jusqu'à pénétration complète.

Règle d'or
muscle échauffé = muscle préparé

Les solutions de votre confort par le massage aromatique

Les huiles de massage permettent de bénéficier des huiles essentielles méticuleusement sélectionnées par l'équipe scientifique de Pranarôm.

Pour renforcer une action de massage, il existe dans la gamme de produits autant de compléments intéressants : gels de massage (non gras), frictions enrichies aux huiles essentielles, huiles de bain...

Quelques exemples de combinaisons souveraines pour des maux quotidiens :

Relaxation :

huile de massage Bien-être, huile de bain Morphée

Résistance de l'organisme :

huile de massage Bien-être, solution Aromarescue

Souplesse de articulations :

huile de massage Tendolor, oléogel Articularom

Jambes légères :

oléogel Circularom, huile de massage Sportonic,
huile de bain Vascaline

Aide à la digestion :

huile de massage Bien-être, solution Aromarescue