

Communiqué
DE PRESSE

NOUVEL OUVRAGE

50

nuances de

massage

• extrait N°4 nuance "Le Spinx pour elle"

Le Spinx pour elle

nuance 18



RECETTE
DE L'HUILE
DE MASSAGE

30 ml d'huile de jojoba
2 gouttes d'huile essentielle de patchouli
2 gouttes d'huile essentielle de cumin
2 gouttes d'huile essentielle de bergamote

ACCESSOIRES



Matelas ferme
Grand drap
Huile de jojoba au
patchouli, au cumin
et à la bergamote

MUSIQUE



"Let's do it (let's fall in love)"
par Ela Fitzgerald
parfaite pour réveiller
votre sex-appeal

PREPARATION



Installez l'espace de massage
sur un matelas ferme ou au
sol sur un futon ou un tatami à
recouvrir d'un grand drap.
pensez à vous vêtir d'un
pantalon ample et confortable.

CADEAU
St Valentin



Modèles : Alexandra Zimny & Florent Thévenot

L'ouvrage
50 Nuances
de Massage
est le cadeau sensuel
par excellence
pour la Saint-Valentin !

Dans son nouvel ouvrage
50 Nuances de Massage,
Isabelle Trombert-Gimeno,
spécialiste incontournable des
techniques de massage, livre
toutes les clés pour (re)décou-
vrir son partenaire et érotiser
son quotidien.

Recette de l'huile de massage

- 30 ml d'huile de jojoba

- 1 goutte d'huile essentielle de patchouli
- 2 gouttes d'huile essentielle de cumin
- 3 gouttes d'huile essentielle de bergamote

Massage

Idéal pour se reconnecter sur soi...

Proposez à votre partenaire, particulièrement tendue au niveau du dos et des épaules, de s'en remettre à vos mains expertes. Sur vos conseils, elle prend place sur le futon, en culotte, et s'allonge sur le dos. C'est le moment d'allumer la chaîne hi-fi et de lancer la musique.

Mettez-vous à genoux à sa tête, puis plongez le bout de vos doigts dans l'huile de jojoba et posez vos mains détendues à plat sous ses clavicules. Commencez à masser ses pectoraux en de lents et profonds pétrissages. Les mains sur le bas des côtes, sans pression, effectuez un mouvement circulaire avec vos pouces pour détendre le plexus solaire.

Posez ensuite vos pouces entre ses sourcils, les doigts sur ses tempes, et massez paisiblement le centre de son front. Enfoncez les doigts dans ses cheveux et massez-lui le crâne. Vous sentez qu'elle commence à se détendre, que sa respiration se débloque progressivement.

Continuez avec le cou et la gorge, une main de chaque côté des carotides. Proposez-lui de relâcher sa mâchoire en entrouvrant ses lèvres pour expirer par la bouche. Pétrissez la base du crâne du bout de vos doigts, puis les pectoraux, juste devant l'aisselle. Les muscles se relâchent, laissant les bras s'écarter de son corps.

Faites abondamment couler l'huile sur sa poitrine en dessinant un grand « X » dont les branches se croisent au niveau du sternum. Passez ensuite vos mains sous son dos jusqu'à toucher ses omoplates. Ce mouvement la fait se cambrer et basculer sa tête en arrière. Elle s'abandonne au massage.

Vos pouces reviennent sur son plexus solaire pour lever les derniers blocages émotionnels. Posez calmement vos mains sur son ventre pour laisser passer la décharge émotionnelle.

Avec tendresse, vous lui demandez de se retourner sur le ventre en prenant tout son temps et, avec de grands mouvements, huilez tout l'arrière de son corps. Durant le massage, insistez avec vos pouces sur les muscles situés le long de la colonne vertébrale.

Pour chacune des 50 nuances détaillées dans l'ouvrage,
le lecteur retrouvera :

- > le descriptif des mouvements à prodiguer ;
- > les accessoires qui accompagneront ce massage (foulard, miel, mangue, plumes...);
- > des conseils pour préparer ses huiles et ses bougies ;
- > des suggestions musicales pour parfaire ce moment intime.

« Avec 50 nuances de massage, il est question d'apprendre à écouter, reconnaître et explorer son rapport au corps amoureux : la sensualité, l'éveil des plaisirs, l'érotisation de la gestuelle... Tout ce qui permet à un être de dépasser l'état de détente pour l'état de réceptivité et aboutir à l'extase sacrée d'un toucher érotique et amoureux. »

Isabelle Trombert-Gimeno

Prix de vente :

29 €

224 PAGES, EDITIONS ELLÉBORE
L'ouvrage est en vente en ligne sur
Amazon ou La Fnac

Retrouvez tout l'univers du livre
sur le site
www.50nuancesdemassage.com
et sur la page
[Facebook.com/50-Nuances-de-Massage](https://www.facebook.com/50-Nuances-de-Massage)



Isabelle
TROMBERT
GIMENO

À PROPOS DE l'auteure...

Praticienne certifiée en Massage de Bien-être, Somatothérapeute en Relation d'Aide par le Toucher, Aromathérapeute formée à l'école des plantes, le savoir qu'elle transmet se base sur de nombreuses années de pratique en clientèle et d'enseignement.

Elle pratique une pédagogie intuitive permettant aux novices d'acquérir un toucher juste et aux masseurs confirmés d'affiner leurs techniques.

Isabelle Trombert a ouvert en 2004 sa première école de massage à Briançon, dans les Hautes-Alpes. Elle dirige également un réseau de quatre spas hauts de gamme et spécialisés dans les techniques de massage, tous situés en région PACA.

www.isabelletrombert.com



CONTACT PRESSE - AGENCE KALAAPA : presse@kalaapa.com - Tél. : 06 24 88 06 69 / 07 82 07 97 96