



Isabelle
TROMBERT
GIMENO

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.

Elle est l'auteur de plusieurs ouvrages dans l'univers du massage :

- Le massage des jambes lourdes (avril 2016)
- 50 Nuances de massage (décembre 2015)
- Le massage amincissant (octobre 2015)
- Le massage aux pierres chaudes et aux marbres froids (2008)



www.isabelletrombert.com



CONTACTS PRESSE

AGENCE KALAAPA :

Audrey BIZET

06 24 88 06 69

audrey.bizet@kalaapa.com

Virginie SENIZERGUES

07 82 07 97 96

virginie.senizergues@kalaapa.com



NOUVEL OUVRAGE

d'Isabelle Trombert-Gimeno

le massage et l'automassage
pour lutter contre les jambes lourdes



Ouvrage disponible en service de presse

Isabelle Trombert, spécialiste incontournable des techniques de massage, partage tout son savoir-faire dans son dernier livre intitulé « **Le massage des jambes lourdes** ».

Véritable guide pratique, l'ouvrage combine conseils et astuces simples pour lutter efficacement contre la sensation de lourdeur dans les jambes en améliorant le retour veineux. Il s'adresse aussi bien au grand public qu'aux professionnels. Les bons gestes à adopter pour le massage des jambes sont faciles à réaliser et illustrés par des photos très explicites. Un ouvrage clé pour prendre soin de ses jambes !

CONTACTS PRESSE
AGENCE KALAAPA :

Audrey BIZET

06 24 88 06 69

audrey.bizet@kalaapa.com

Virginie SENIZERGUES

07 82 07 97 96

virginie.senizergues@kalaapa.com

Le lecteur...

Fait le point sur ses jambes...

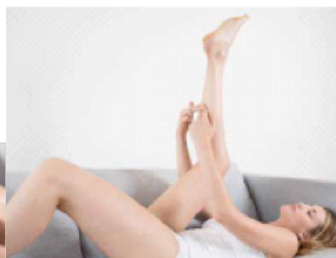
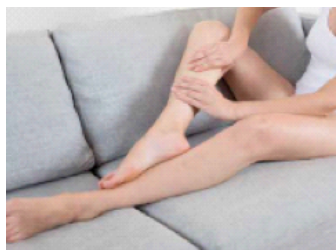
Pour tout savoir sur les symptômes de l'insuffisance veineuse, les stades de l'évolution des maladies veineuses.



Découvre les principales étapes du massage préparatoire.

Il est indispensable pour drainer, faire circuler, détendre et tonifier les muscles et la peau. Lianes, vagues, frictions, pressions glissées, pétrissage, pattes d'ours, percussion, hachures, martèlement, claquements, pincements... n'auront plus aucun secret !

Apprend à appliquer les bons gestes en fonction des zones à s'occuper : pied, cheville, tibia, mollet, genou, cuisse...



Dispose de 4 recettes d'aromathérapie.

Pour concevoir soi-même son gel circulatoire rafraichissant, son gel décontractant musculaire, son huile de massage circulatoire et son huile décontractante musculaire.



Saura détecter les situations qui aggravent l'insuffisance veineuse :

la sédentarité, les troubles de la voûte plantaire, une surcharge de toxines dans l'organisme, les perturbations hormonales, par exemple...



« Le massage des jambes lourdes » regorge d'informations pratiques et concrètes pour réaliser au mieux toutes les techniques d'automassage et de massage permettant de retrouver des jambes légères.

Prix de vente :

20 €

142 PAGES
Editions Ellébore

L'ouvrage est en vente en ligne sur Amazon ou La Fnac



amazon

fnac