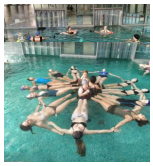
This page was exported from - IES Santiago Hernández
Export date: Fri Apr 26 3:50:41 2024 / +0000 GMT

Taller Watsu

El pasado diciembre se realizó la actividad del taller de Watsu por parte de las alumnas de 2°curso de Estética Integral y Bienestar en las instalaciones acuáticas de "Ranillas".

WATSU es la unión de dos palabras: water (agua) y Shiatsu (milenaria técnica japonesa)es decir Shiatsu en el agua.

El Watsu es una técnica acuática muy potente, no sólo a nivel físico, sino también para aliviar el estrés mental. Profundamente relajante y con unos beneficios extraordinarios,que las alumnas pudieron comprobar un situ.