

## Taller Watsu

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

WATSU es la unión de dos palabras: water (agua) y Shiatsu (milenarios 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 *in situ*.

