

l'auteure



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'auteure 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](http://www.isabelletrombert.com)



CONTACTS PRESSE

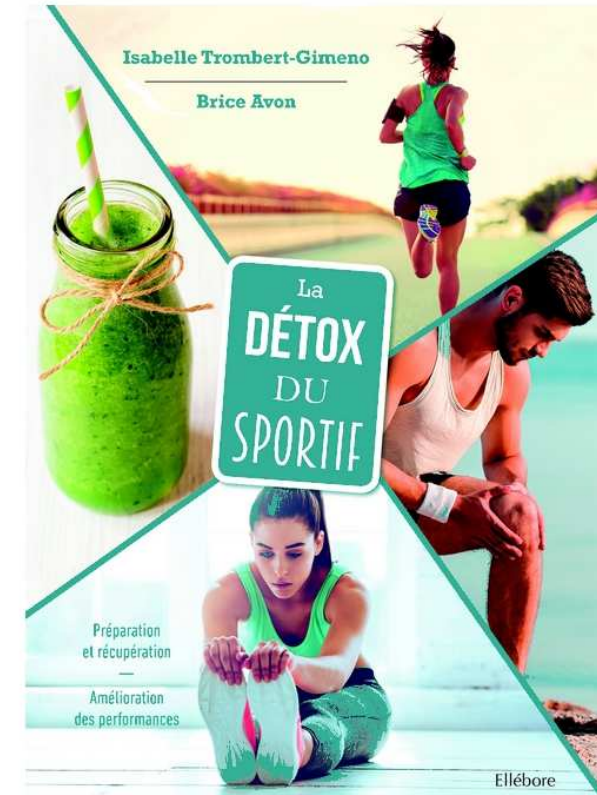
Cyril CASTRES

 [cyril.ahimsa@gmail.com](mailto:cyril.ahimsa@gmail.com)

 +33 (0)9 72 42 03 80  
+33 (0)6 73 49 19 62

Communiqué  
DE  
PRESSE

## NOUVEL OUVRAGE d'Isabelle Trombert-Gimeno La Détox du Sportif




### Ouvrage disponible en service de presse

Isabelle Trombert, spécialiste incontournable des techniques de massage, partage tout son savoir-faire dans son dernier livre intitulé « La Détox du Sportif ».  
Ce livre complet et illustré présente les mouvements fondamentaux du massage et de l'auto-massage tout en proposant des manipulations spécifiques à chaque zone du corps.  
C'est un incontournable pour les sportifs désireux d'améliorer leurs performances physiques tout en conservant un corps sain et en parfaite santé.

CONTACTS PRESSE

Cyril CASTRES

 [cyril.ahimsa@gmail.com](mailto:cyril.ahimsa@gmail.com)

 +33 (0)9 72 42 03 80  
+33 (0)6 73 49 19 62

## Le lecteur...

Comprend les besoins physiologiques fondamentaux d'un sportif et comment fonctionne la détox

Acquiert tous les gestes fondamentaux de l'auto-drainage lymphatique et du drainage lymphatique classique

Maîtrise la préparation de ses gels aromatiques spécial détox aux huiles essentielles

S'adapte à des situations plus extrêmes comme les entorses, migraines, sciatiques, lombagos, œdèmes, hématomes...

Concocte de superbes recettes slowdrinks, water-détox et jus super puissants



" La Détox du Sportif "

regorge d'informations pratiques et concrètes pour réaliser au mieux toutes les techniques d'automassage et de massage permettant aux sportifs d'améliorer leurs performances tout en gardant un corps sain et en parfaite santé.

Prix de vente :

**19 €**

142 PAGES  
Editions Ellébore

L'ouvrage est en vente en ligne sur  
AHIMSA le Shop,  
Amazon et Fnac



Ahimsa  
Le SHOP

amazon

fnac