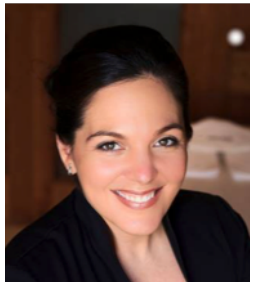
l'auteure



Isabelle
TROMBERT
GIMENO

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

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

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

Communiqué DE PRESSE

LE NOUVEL OUVRAGE d'Isabelle Trombert-Gimeno pour prendre soin de soi, vient de sortir aux **Editions Ellébore**

Ouvrage disponible en service de presse

Isabelle Trombert-Gimeno est spécialiste des techniques de massage et déjà auteure du livre à succès **« Massage aux pierres chaudes et aux marbres froids »**, paru en 2008.
Avec « **Le massage amincissant »,** Isabelle Trombert-Gimeno partage avec ses lecteurs tout son savoir-faire en termes d'automassage, de massage et de palper-rouler, dans l'objectif de raffermir son corps, remodeler sa silhouette, faire disparaître la cellulite et affiner sa ligne, tout en douceur.

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

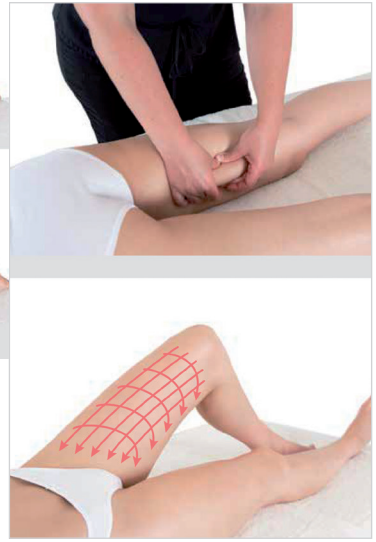
Le lecteur…

Fait le point sur sa silhouette et sa morphologie. Etes-vous plutôt androïde, gynoïde ou de type mixte ?
Cette mise au point permettra de déployer le plan d'attaque adéquat pour obtenir les meilleurs résultats possibles ;

S'initie aux techniques de massage et d'automassage pour prendre soin de soi de façon régulière. Effleurages, frictions, mouvements des phalanges, compressions, pressions glissées, pétrissages, palper-rouler, nattes, percussions, pincements… Tout est passé en revue, expliqué de façon simple et concrète et illustré à l'aide de photos et de petits schémas explicatifs ;

Apprend à appliquer les bons gestes en fonction des zones à s'occuper : cuisses et jambes, fessiers, abdomen, hanches et dos, bras ;

Saura tout pour organiser **une séance de massage en fonction de sa morphologie et de la zone à traiter.**
Un programme sur plusieurs semaines est également proposé pour maximiser les résultats obtenus ;



L'ouvrage se conclut sur quelques recommandations d'hygiène de vie pour limiter la cellulite. On y apprend aussi que les ventouses chinoises et l'aromathérapie peuvent permettre d'obtenir d'excellents résultats pour traiter la cellulite.

« Le massage amincissant » regorge d'informations pratiques et concrètes pour réaliser au mieux toutes les techniques d'automassage et de massage permettant de retrouver la ligne et de traiter la cellulite.

Prix de vente :

20 €

Editions Ellébore

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