

NOUVEAUTE



Centre de Santé Cab Santé  
Entrée C  
81 Route de la Reine  
92100 Boulogne Billancourt  
Tél : 01 46 04 89 22

## Cab Santé vous propose

Ostéopathie

Naturopathie

Pilates

Qi Gong

Yoga

Sophrologie

Massages

Kinésiologie

Prenez soin de vous dans un cadre  
thérapeutique individualisé

# Activités et Soins

## Ostéopathie

Médecine manuelle, douce, préventive et curative, fondée sur une connaissance précise de l'anatomie et de la physiologie qui s'attache à rétablir l'équilibre du corps dans son ensemble et à assurer un mieux-être

## Pilates

Méthode douce de renforcement musculaire qui sollicite les muscles profonds et permet une amélioration de la force, de la souplesse et de l'équilibre, fonctions toutes nécessaires au bien-être quotidien

## Yoga

Discipline corporelle indienne, millénaire, qui place le souffle au centre de la pratique. Il développe la souplesse, renforce et étire les muscles, travaille l'équilibre, améliore la circulation, la respiration, la concentration et stabilise le mental. Il peut être pratiqué par tous, sans compétition, dans le respect de ce que chacun est

## Massages

Application d'un ensemble de techniques manuelles qui visent le mieux-être des personnes grâce à l'exécution de mouvements des mains

## Naturopathie

Médecine prenant en compte l'être humain dans sa globalité en s'adaptant aux particularités de chacun. Elle s'appuie sur un ensemble de méthodes naturelles (régime alimentaire, hygiène de vie, phytothérapie...) qui préserve et optimise la santé en rééquilibrant le fonctionnement de l'organisme.

## Qi Gong

Gymnastique traditionnelle chinoise alliant travail de mobilité articulaire, relâchement musculaire et technique respiratoires. Elle est fondée sur la connaissance et la maîtrise de l'énergie vitale

## Sophrologie

Méthode thérapeutique visant à ré-harmoniser la relation corps-esprit à l'aide d'une prise de conscience du corps et d'exercices respiratoires

## Kinésiologie

Pratique thérapeutique qui implique le corps autant que le psychisme, elle vise à rétablir la circulation énergétique bloquée par des traumatismes physiques ou émotionnels gardés en mémoire par notre corps.