

Aiguiser votre corps comme une lame pour
trancher vos limites.

KENSEI



ERWANLEMAITRE.COM

L'ingénierie du corps au service de la haute performance.

Spécialiste en optimisation structurelle et énergétique, je libère les dysfonctions biomécaniques qui limitent vos performances.



KIBAN : La Base, le Fondement, la Structure.

Travail en Méthode Poyet / Somatopathie si besoin : Rééquilibrer la structure au global tout en optimisant la zone de travail en fonction de la demande. 1h

Objectif : Gains en amplitude, mobilité, relâchement des tensions, réduction des douleurs par le rééquilibrage.

KIGAI: La séance qui redonne du souffle

Bilan Energétique + Optimisation énergétique avec le Shiatsu : Faire circuler l'énergie dans le corps et limiter les blocages. Travail sur les organes en Poyet / Somato pour le bon fonctionnement de ceux ci.

Travail sur le système lymphatique et circulatoire du sang. 1h

Objectif : Favoriser la bonne circulation de l'énergie pour une bonne récupération.

TARIFS

L'Éveil Kensei (Séance unique • 1h30) 70 €

Idéal pour un diagnostic ponctuel ou une séance de découverte.

Protocole Kensei Intégral (2 séances • Pack "Reset") 140 €

Le cœur de la méthode : Kiban + Kigai Réalignement structurel complet et optimisation durable.

Suivi Performance Mensuel (45min) 60 €

Maintenir votre corps au sommet de son potentiel. Réglage mécanique régulier pour athlètes intensifs.



136 Rue Bressigny
Angers 49100

Cabinet Chrysalide



Erwan Le Maître

SOMATOPATHIE • SHIATSU • MÉTHODE POYET

07 80 97 07 76

