



L'histoire du massage bien être Amma Assis

Le massage Amma assis, également connu sous le nom de massage assis japonais ou Anma, a en effet des origines japonaises. Il tire ses racines de la tradition japonaise du massage Anma, qui remonte à plus de 1 300 ans. Le mot "Anma" se compose de deux caractères kanji : "An" signifiant "appuyer" ou "presser", et "Ma" signifiant "frotter" ou "masser". Ainsi, Anma se réfère à une forme de massage qui implique principalement des mouvements de pression et de frottement pour soulager la tension musculaire et améliorer la circulation.

Le massage Amma assis est une version plus contemporaine et simplifiée du massage Anma. Il a été développé au Japon dans les années 1980, principalement pour être utilisé dans des contextes tels que les entreprises, les événements spéciaux et les salons de bien-être. Contrairement à d'autres formes de massage qui nécessitent le déshabillage du client et l'utilisation d'huiles, le massage Amma assis se pratique sur une chaise spécialement conçue pour permettre au receveur de rester habillé.

Le massage Amma assis se concentre sur la détente des muscles du dos, du cou, des épaules, des bras et de la tête, et il est souvent utilisé pour soulager le stress et la tension accumulés au travail ou pendant les périodes de stress. Il est devenu populaire dans le monde entier en raison de sa praticité et de sa simplicité, offrant une option de relaxation rapide pour les personnes au rythme de vie effréné.

En résumé, le massage Amma assis est une adaptation moderne du massage Anma japonais, et il trouve son origine au Japon dans les années 1980