

MASSAGE CRÂNIEN AVEC SHIRODHARA

«Pratiquer les massages bien-être» RS 5354



DURÉE 1 JOUR

TARIF (particulier) 189€TTC

Accompagne inscription 59€

Professionnel : prise en charge à 100% (nous consulter)

Modèles & Matériels mis à disposition

4 stagiaires maximum par session | Formations tous les mois

Difficulté



Type

· Table ·

Matériel

· Huile & Shirodhara ·



Durée : 60 min

Validation

Attestation de formation

Le massage crânien est suivi du Shirodhara, un soin extraordinaire de bien-être né de la sagesse indienne millénaire de l'Ayurveda, qui garantit un état de délasserment profond et réconfortant, favorisant ainsi une récupération d'énergie optimale.

«Shiro» signifie «tête», et «Dhara» signifie «Flux» : Shirodhara est en effet le lent écoulement d'un flux constant, goutte à goutte ou avec un filet d'huile chaude, sur un point précis du front, c'est-à-dire : «le troisième œil» selon la philosophie ayurvédique.

Prérequis : Tout niveau.

PROGRAMME

- Présentation / Historique / Spécificités du massage.
- Les indications et contre-indications.
- Les différentes manœuvres : pressions, effleurages...
- Gestion pratique du Shirodhara
- Posturologie.
- Apprentissage du déroulement d'une séance.
- Evaluation pratique / Test de connaissances.
- Débriefing - Questions / Réponses.

OBJECTIFS & EFFETS

- Apporter un sentiment de bien-être permanent, un lâcher-prise, une perte de contrôle, une prise en charge totale.
- Apporter une relaxation globale du corps et de l'esprit permettant de chasser les tensions et le stress quotidien.
- Aide à disperser les tensions musculaires.
- Agit sur les systèmes nerveux et respiratoires par l'effet sédatif et calmant du modelage.
- Effet harmonisant sur la circulation énergétique.
- Effet relaxant au niveau du psychisme.

Remise d'une attestation de formation.

Inscription : 04 67 82 91 76

Vidéo démonstration & CV formateur consultables sur www.formabelle.fr

