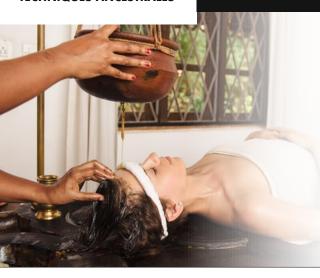
TECHNIQUES ANCESTRALES SPÉCIFIQUES BIEN-ÊTRE SILHOUETTE HABILLÉS RÉFLEXOLOGIES



MASSAGE CRÂNIEN AVEC SHIRODHARA

U DURÉE

1 JOUR

Modèles & Matériel mis à disposition

€.

TARIF (particulier)

189 € TTC

€

Acompte inscription

59 €

stagiaires maximum par session
Formations tous les mois

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

Difficulté

• • • •

Туре

· Table ·

Matériel

· Huile & Shirodhara ·



Durée : 60 min

ValidationAttestation 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 délassement 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.
- · Évaluation pratique / Test de connaissances.
- · Débriefing Questions-réponses.

EFFETS DU MASSAGE

- 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