

Objectifs :

Cette masterclass est une introduction à l'utilisation du prana (énergie en Ayurveda) dans le cadre d'une séance de bien-être.

Public concerné et prérequis :

Aucun prérequis

Qualification des intervenants :

Sandra est une spécialiste des techniques ayurvédiques depuis près de 20 ans. Formée à la nutrition et au massage ayurvédique, elle est aussi formée à la kinésiologie et la réflexologie. C'est également une formatrice reconnue dans le Var. C'est toute cette philosophie et cette tradition qu'elle partage avec vous pour vous transporter dans la culture ayurvédique et vous apporter son expérience.

Moyens pédagogiques et techniques :

Livret de formation fourni à l'apprenant, comportant : textes, schémas, dessins et photos.

Durée, effectifs :

14 heures.

8 stagiaires.

Programme :

Cette master-class est une introduction à l'utilisation du prana (énergie) dans le cadre d'une séance de bien-être. Nous y abordons les bases théoriques issues de la tradition ayurvédique (corps, nadis, chakras), l'utilisation du pendule et des pierres (lithothérapie) comme supports et outils d'harmonisation. Par des exercices pratiques nous apprenons à affiner le ressenti subtil afin de passer par l'expérience et non par la croyance.

Modalités d'évaluation des acquis :

Mise en application de l'enseignement du jour - 30 min

Sanction visée :

Attestation de compétence fournie par le centre de formation

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

Prévoir 1 grand drap éponge pour recouvrir la table de massage et 1 paréo pour recevoir le massage

Délais moyens pour accéder à la formation :

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite :

Vitaesphère



Programme de formation
Masterclass Ayurvédique : Le Prana

Taux de réussite à la formation :

Taux de satisfaction de la formation :

Tarif :
290,00 €

Vitaesphère

Espace Bâle Nuée, carrefour les fourches 83160 La Valette du var
Tél. 0494121648 – contact@vitaesphere.com
SAS au capital de 500 € – RCS TOULON – SIRET 84502200300014 – NAF 9604Z