

ATELIER **Massage Ayurvédique**

28-29 avril 2022 (horaires : de 9H à 16h)



Les journées seront organisées de façon à apprendre de nouveaux massages et les manières d'aborder le toucher Ayurvédique de santé.

Nous aborderons concrètement la façon d'utiliser le Shirodhara qui est un des meilleurs soins du mental et des fonctions nerveuses, ainsi que la stimulation des carrefours énergétiques importants dans le corps.

Le massage Ayurvédique est avant tout une technique ancestrale d'équilibre des humeurs dans le corps (dosha). Les effets positifs se font sentir très rapidement.

Nous verrons comment nous pouvons aborder les déséquilibres humoraux par l'usage des huiles médicinales et la manière de les appliquer sur le corps, les points d'énergie et le front.

**Pour cet atelier, les pratiques que vous allez apprendre sont destinées à découvrir et améliorer vos compétences en soins naturels par les huiles médicinales issus de décoctions de plantes et de racines – à connaître les gestes thérapeutiques puissants pour libérer les blocages physiques, énergétiques et mentaux :
Shirodhara, bol Kansu marma et Abhyagam**

Les périodes de pratiques et d'échanges de soin succéderont aux démonstrations et explications.

Concrètement comment ça se passe ?

Prévoir :

D'emporter une bouteille d'huile de sésame ou d'huile médicinale Ayurvédique (+ chauffe-biberon) des sous-vêtements qui ne craignent pas l'huile, un grand drap de bain, un drap de coton de 90 cm de large, une serviette et une table de massage si vous en avez une.

Bon à savoir :

Ce genre d'atelier est aussi bien réservé aux débutants qui veulent s'initier à ces formidables techniques de régénération qu'aux personnes qui ont une certaine pratique et qui veulent approfondir de nouvelles méthodes en vue de masser des proches ainsi qu'en usage professionnel.

JE M'INSCRIS

NOM : -----

TEL : -----

MAIL : -----

MA PARTICIPATION (avance demandée)

72 € la journée ou 68 € la journée pour les abonnés annuels aux cours

JE VIENS : le 28 ----- le 29 -----

