

MASSAGE AYURVÉDIQUE

L'HARMONIE DU CORPS ET DE L'ESPRIT

Principales approches lors d'un massage ayurvédique :



- Massage très respectueux sur tout le corps,
- Mouvements enveloppants, des rythmes réguliers,
- Pressions progressives,
- bercements,
- Massage à l'huile.

Très utilisé pour :



- Calmer le mental,
- Favoriser le sommeil,
- Diminuer la surcharge cognitive,
- Réduire certaines tensions,
- Favoriser le sommeil et le relâchement.

Notre formation :



- Pré-requis : Un peu d'empathie et de la persévérance.
- Diplôme : Attestation de réussite.
- Modalités : Cours de 6 mois en soirée.

INFOS PRATIQUES :

Portes ouvertes : samedi 30 mai de 11h à 16h

Contact : ☎ 082/21.30.60 ✉ secretariat@eafcdinant.be

Lieu : Chemin d'Herbuchenne 4 Bte 1, 5500 Dinant

🌐 www.eafcdinant.be 📱 Cours du soir - Dinant