

Pierres chaudes & réflexologie crânienne fiche formation



LA FORMATION AUX PIERRES CHAUDES EST SEGMENTÉE EN 2 PARTIES, UNE THÉORIQUE ET UNE PRATIQUE. CE SOIN AUX PIERRES CHAUDES A LA PARTICULARITÉ DE RÉ-HARMONISER LES DIFFÉRENTES FONCTIONS ÉNERGÉTIQUES DU CORPS. IL DÉNOUE LES TENSIONS ET DÉTEND TOUT LE CORPS, C'EST UN EXCELLENT DÉTOXIFIANT. IL PARTICIPE DE FAÇON ACTIVE À L'ÉVACUATION DU STRESS.



Pré-requis

Aucun



Participant

Tout public
Déconseillé aux femmes
enceintes



Durée

6 heures
En cours du soir
(3 x 2 heures)
Ou programmation sur
demande le Week-end

Objectif

- Savoir utiliser des pierres basaltes
- Savoir utiliser les pierres chaudes et froides
- Maîtriser les postures et les gestes pour une totale relaxation
- Savoir recueillir les sensations, les émotions de votre partenaire

Programme

Théorie :

- Histoire et présentation des pierres chaudes et froides
- Préparation à une séance aux pierres chaudes
- Règles d'hygiène et de sécurité
- Introduction aux pierres de basalte

Pratique :

- Utilisation de l'unité chauffante
- Nettoyage et soins des pierres
- Positionnement des pierres sur le corps
- Gestion et organisation d'une séance complète

Réflexologie crânienne :

- Massage du cuir chevelu et du visage
- Complément idéal au massage pierres chaudes



La forme du bien-être