



Pour découvrir le massage.

L'atelier - initiation que je propose vous permettra de vous familiariser et d'expérimenter le fait d'être massé et de masser l'autre.

Je vous apprendrai les gestes de base du massage californien complété par quelques notions de shiatsu ainsi que la position des mains, celle du corps, la fluidité des mouvements, l'écoute, la vôtre et celle de votre partenaire sous vos doigts. Tout ceci qui vous permettra de découvrir le massage et ses biens faits.

Cet atelier-initiation est proposé et conçu pour toutes les personnes qui souhaitent expérimenter cet art et cet autre moyen de communication.

Objectif de l'atelier d'initiation - apprendre :

- Les bases du massage permettant de partager un moment agréable, de détente
- La communication tactile ou le toucher bienveillant
- Les personnes travaillent ensemble, tour à tour chacun peut ainsi pratiquer et recevoir le massage, de sorte à bien comprendre le ressenti du point de vue de chacun

A la fin de chaque atelier, vous ressentirez les effets « classiques » du massage-bien-être que vous aurez tout juste reçu (détente, lâcher-prise...), les bienfaits de l'avoir donné (présence, vitalité, souffle, position juste...), et également les enrichissements apportés à votre couple (confiance, tendresse, intimité renouvelée, écoute active, communication non verbale...). Il ne vous restera plus ensuite qu'à continuer et à expérimenter.

Cette initiation se fait sur demande dès que vous êtes un petit groupe, nous trouvons une date ensemble qui convienne pour tous.

Elle se donne sur 3h.

Enfin, le côté pratique, prévoyez une tenue confortable, un maillot de bain ou des sous-vêtements ne craignant pas les tâches d'huile pour le massage.

Tarif : à définir ensemble selon le nombre de personne

Pré-inscriptions via le formulaire contacts du site ou par email
Télécharger le formulaire d'inscription



Massage Bien-Etre / Atelier Initiation

BULLETIN D'INSCRIPTION

(un par personne)

NOM : _____

PRENOMS : _____

ADRESSE : _____

PROFESSION : _____

TEL : _____

E-MAIL : _____

MODE DE REGLEMENT : _____

NB :

- Aucun prérequis nécessaire
- Le matériel de massage est fourni sur place
- Venez en tenue confortable, prévoyez un maillot de bain ou des sous – vêtements ne craignant pas les tâches d'huile pour le massage
- Des arrhes d'un montant de 50 % du cout total du stage seront demandées à la réservation et seront dues en cas d'annulation de ma part ou de votre part pour un délai < 8 jours
- Le formulaire d'inscription ainsi que le chèque de réservation sont à renvoyer à l'adresse ci-dessous
- Un mail de confirmation de votre inscription vous sera envoyé dès réception du formulaire et du chèque d'arrhes
- Une semaine avant l'initiation vous recevrez un e-mail de convocation qui vous rappellera toutes les informations listées ci-dessus ainsi que les horaires et les dates retenues ensemble