

ARTS TRADITIONNELS DU BIEN-ETRE

*«Votre corps connaît son héritage et son juste besoin »
Khalil Gibran*

***Faites vous du bien ...
tout simplement !***



DETENTE PLURIELLE



FORMATION 2010/2011

ENDORFIN' Créateur de Bien-être - Sophie CARDINALI

www.endorfin.fr

Mail : endorfin@endorfin.fr

Tél : 06 62 11 02 45

Stéphane PEDON – AKIMASSER

Et avec le concours d'autres thérapeutes :
Naturopathe, Posturologue, Professeur Pilates, Yoga, Qi Gong

La mission d'Endorfin' est de vous apporter de nouvelles compétences dans les domaines des techniques de relaxation, de l'énergétique, de la réflexologie, de la gestion du stress et du bien-être en général en développant vos talents et potentiels qui vous ouvriront à de nouvelles possibilités et de nouvelles opportunités dans le développement de votre réussite, tant personnelle que professionnelle. Vous trouverez ci-après le détail des premières sessions proposées en massage sur table, sur chaise et multi-réflexologie.

Reconversion professionnelle, perfectionnement, développement personnel ou simplement pour une dispense entre amis ou en famille, nous sommes là pour vous accompagner et vous aider dans votre démarche et vous transmettre notre passion.

Chaque session de formation sera enseignée les seconds week-ends de chaque mois à partir du mois d'octobre les samedis de 13 h à 19h et les dimanches de 10h à 18h30.

Chaque formation finalisée donnera le droit à un certificat d'aptitude à la pratique de la discipline après validation de la technique et de la pratique personnelle indispensable des candidats et se déroulera hors week-end de formation pour un coût de 90€.

Tarif : 175 € pour une session d'un week-end.

Remise de 10% pour une inscription en duo ou pour un engagement pour l'année de formation, hors validation des acquis.

A ce titre, nous vous proposons de payer en 11 chèques à déposer à l'inscription qui ne seront encaissés que le jour de la formation. Pas de remboursement mais un avoir pour une autre session de formation ou soins selon les possibilités.

Un même thème peut demander une ou plusieurs sessions week-end.

L'ordre des modules sera établi selon la demande majoritaire des candidats en début d'année scolaire pour l'année en cours et arrêté au plus tard le 20/09/2010.

Lieu des formations : PARIS

Des groupes seront constitués pour des sessions complémentaires :

Formations sur les Elixirs de Andréas Corte par une naturopathe, formation spécifique au travail avec MOXA, réflexologie sur le corps, Vodder, Posturologie prévention dos, initiation Pilates, Réflexologie palmaire et plantaire etc ...

Session 1/ La réflexologie Faciale dite DIAM CHAN - Médecine traditionnelle vietnamienne

Très bonne technique fonctionnant comme l'acupuncture permettant de relaxer et de faire lâcher la personne tout en ne touchant pas les zones douloureuses ou en souffrance.

- Présentation, fonctionnement
- Grandes zones sur le visage
- Travail de repérage des points
- Travail sur les points et zones de relaxation
- Le massage détox
- Rayer le visage
- Massage tonifiant
- Les points dangereux, définitions, vertus, précautions
- Les points d'hypertension et d'hypotension
- Ateliers au cours du W.E

Session 2/ Réflexologie Faciale spéciale maux de ventre et connections dos

- La respiration ventrale, la posturologie, les mises en garde (en option intervention d'un posturologue, spécial prévention dos)
- Repérage des points soulageant le ventre : stress, colites, constipation, diarrhée etc...
- Travail sur les viscères, repérage
- Travail en zone
- Protocole
- Définition et vertus des points
- Ateliers au cours du W.E

Session 3/ Réflexologie Faciale spéciale dos

- Comment travailler et soulager les blocages sans intervention sur la zone
- Repérage des zones
- Définition des points, leurs vertus
- Travail spécifique colonne, lombaires, dorsaux, cervicales
- Protocole
- Ateliers au cours du W.E

Session 4/ Réflexologie Faciale spéciale surpoids, maigrir, addiction, désintoxication, système hormonal, nerfs crâniens

- Approche psychologique de la personne
- Préparer son accompagnement
- Relaxation, musicologie, respiration, travail holistique
- Définition des points, leurs vertus
- Protocole à mettre en place
- Ateliers au cours du W.E

Session 5 / Réflexologie faciale spéciale maux de tête

- Relaxation
- Repérage des points et des zones
- Protocole
- Définition et vertus des points
- Approche d'un travail au moxa (option spécifique pour un travail corporel plus pointu au moxa)
- Ateliers au cours du W.E

Session 6/ Massage relaxant californien

- Préambule à la technique, approche de la personne, se mettre en condition, travail sur soi, relation aux autres
- Attitude du masseur, gestuelle du masseur
- Approche physiologique sur le haut du corps, invitation à la relaxation
- Approche des méridiens et des techniques de base fondamentales
- Les différentes techniques de manœuvres : effleurage, ponçage, vibrations, pétrissages, le glissé des pouces, préparer les zones, mobiliser les articulations etc....
- Réflexologie palmaire approche (option module spécifique)
- Les huiles essentielles
- Ateliers au cours du W.E sur le haut du corps

Session 7/ Massage relaxant californien suite

- Approche physiologique sur le bas du corps
- Conforter, approfondir et adapter les techniques de base
- Approche des méridiens
- Approche des différentes techniques pour le bas du corps : drainage, circulation
- Réflexologie plantaire approche (option module spécifique)
- Sensibilisation au toucher intuitif, à la créativité

- Ateliers au cours du W.E sur le bas du corps et révision complète globale

Session 8/ Le Thaï Shiatsu ou Nuad Thaï : La technique reconnue pour être la plus complète et efficace des techniques orientales,

- Présentation de l'histoire de cette pratique
- Manœuvres spécifiques pour harmoniser les énergies du corps et stimuler les méridiens
- Travail sur les méridiens
- Approche de la digitopuncture, l'acupressure des « sen »
- Le massage profond des organes internes, des fascias, et l'acupressure des centres énergétiques vitaux pour l'harmonisation des chakras
- Protocoles à apprendre sur les méridiens
- Ateliers au cours du W.E au fur et à mesure des démonstrations

Session 9/ Le Thaï Shiatsu suite

- Travail sur les méridiens
- Manœuvres de stretching et de mobilisation
- Mobilisations, étirement, digitopuncture pour soulager la colonne vertébrale
- Protocoles de la technique
- Revitaliser les énergies du corps et dynamiser en ôtant fatigue et stress
- Pratiquer un soin complet et savoir l'adapter
- Ateliers au cours du W.E au fur et à mesure des démonstrations

Session 10/ Le Massage assis sur chaise ergonomique

- Connaître les effets, les indications et les applications de ce massage
- Découvrir, comprendre et acquérir la gestuelle spécifique à cette technique
- Préalables pédagogiques - attitude du masseur, gestuelle du masseur
- Aider à lâcher prise, invitation à la relaxation, pattes de l'ours
- La gestuelle de contact, les différentes manœuvres
- Comment aborder les différentes zones - dos, trapèze, cou, bras etc ...
- Ateliers au cours du W.E au fur et à mesure des démonstrations

Session 11/ Le Massage assis sur chaise suite

- Conforter et approfondir les techniques de bases
- Densifier sa pratique, apprendre à moduler et s'adapter à la personne massée
- Repérage des difficultés, apprivoiser les tensions musculaires, mobiliser les articulations
- Digitopuncture, shiatsu et points de Knapp (en option approfondissement)
- Développer sa capacité intuitive, masser en aveugle
- Ateliers au cours du W.E au fur et à mesure des démonstrations

