

Arts of Touch® présente : initiation au massage* bien-être autour du ventre

proposé par Perrine Bastide

assistante sur les formations à la Méthode Arts of Touch®

Sur le chemin d'un trésor, le ventre.

***Faire parcourir sa respiration jusqu'à son ventre,
s'ancrer dans sa terre pour ainsi être dans le mouvement du corps
au rythme des pulsations de sa créativité.
Du Faire à Être pour vivre sa créativité.***



**massage de bien-être non médical et non thérapeutique, ne remplaçant en aucun cas les soins d'un kinésithérapeute, d'un ostéopathe, d'un médecin, d'une sage-femme, d'un psychologue ou de tout autre thérapeute. Il s'inscrit clairement dans le secteur du bien-être.*



L'initiation comprendra :

Un temps d'éveil du corps par de la danse libre et de la respiration consciente.

Un temps d'anatomie et d'automassage pour comprendre, ressentir le corps, la qualité du toucher.

Un temps de posturologie autour de la table, pour prendre soin de vous en massant.

Le chemin d'initiation au massage démarrera par notre socle, nos pieds, puis prendra le fil conducteur de notre énergie terrestre, nos os, nos jambes, et finira en son centre créatif, le ventre.

Ce stage se déroulera dans le studio de danse du merveilleux gîte le "Faragous", un lieu en pleine nature au cœur du Rougier, en

Aveyron.

L'initiation se déroulera sur 1 ou 2 jours suivant vos envies, de 9h30 à 17h30 avec une pause culinaire dans la convivialité d'un repas préparé et partagé en commun.

Pour prérequis, votre envie et pour fourniture, prévoyez une tenue souple, 1 drap plat, 1 paréo, 1 huile végétale neutre naturelle.

Pour les victuailles, nous nous organiserons en amont pour la logistique de la répartition des denrées.

Tarifs: 190 € pour les 2 jours ou 110€/journée.

Dates: 12/13 août 2023

lieu: Gîtes de Faragous

Nuitée : 18€ à 22 € selon le type de chambre (+ taxe de séjour 0.35 €/nuit).

Avec bonheur de partager ces moments avec vous.

Bien à vous.

Perrine Bastide.

Assistante de formation au massage de bien-être selon la méthode Arts of Touch ®

Contacts

Perrine Bastide pour réservation stage: 06.24.46.14.80 bastide.perrine@gmail.com

Sylvie Coulomb pour réservation gîte : gite@faragous.com

Formations Arts of Touch : Anne-Gaëlle Yvon, maintenant Esther Creac'h : 06.08.23.38.62. anne-gaëlle.yvon@gmail.com