

Formation en 4 jours à Lyon

Massage du corps Pleine Conscience

Méthode « le Corps en Vie »

DATE :

LIEU : Au cabinet de Fanny GUENARD - 117 Boulevard de la Croix Rousse - 69004 LYON

PUBLIC CONCERNÉ

- A partir de 18 ans sans limite d'âge.
- **A but familial et amical** : découvrir, expérimenter et intégrer une approche du corps par le biais du massage global en pleine conscience. Un enseignement sur soi et sur l'autre pour un épanouissement personnel. Les 2 modules : « Cadre de l'intervention » et « Organiser son espace de massage » s'adaptent à la demande.
- **A but professionnel** : découvrir, expérimenter et intégrer une technique fluide de massage bien-être, de relaxation globale et approfondie, qui tient compte des ressources et des particularités de chaque praticien. Un enseignement sur soi et sur les autres pour un épanouissement personnel et professionnel. Une technique que vous pourrez proposer dans votre cabinet ou institut.

LES ATOUTS DE CETTE FORMATION

- Une formation ouverte à tous,
- Un nombre limité de participants (4 places maximum) pour un meilleur partage et une plus grande efficacité,
- Des conseils pratiques pour être opérationnel rapidement et dans la longueur,
- Un travail approfondi sur l'ergonomie posturale et la respiration,
- La remise d'un support pédagogique personnalisé,
- Une attestation de suivi de la formation,
- Un suivi post formation.



Fanny GUENARD - « Le Corps En Vie » **Consultante en Développement personnel**

« Masseur Bien-être et sophrologue depuis plus de 15 ans, je pratique mon activité dans mon cabinet à Lyon, dans divers hôtels à Lyon et en entreprises en Rhône-Alpes. Forte de cette expérience d'accueil, de prise en charge et de soins, et désireuse de transmettre mes connaissances et ma pratique, j'anime des formations au massage « Le Corps En Vie » que j'ai créé, à la réflexologie plantaire et au massage assis. Je souhaite partager au plus grand nombre le plaisir de mieux se connaître, de vivre une vie plus épanouie, ceci en pleine conscience de ses forces. »

Adresse : 117 Boulevard de la Croix Rousse - 69004 LYON

Téléphone : 06 20 56 41 67 - **Mail :** contact@lecorpsevenvie.fr

Site : www.lecorpsevenvie.fr

N° de SIRET : 522 117 415 000 29 - **Code APE :** 9604Z



LES MODULES DE LA FORMATION

- **Organiser son espace de massage,**
- **Prise en compte de la personne à masser,**
- **Recommandations pour le masseur :** travail sur l'ergonomie posturale, la respiration et les étirements
- **Cadre de l'intervention :** interrelation masseur / massé,
- **La pratique du massage :** ce module prendra en compte l'approche du corps de l'autre (contact, température, pudeur...). Les démonstrations s'alterneront avec la pratique des participants.

A l'issue de cette formation, vous serez capables de :

- Réaliser un massage global, fluide et approfondi en pleine conscience d'une durée d'une heure.
- Découvrir et sentir les formes, les tensions, les déséquilibres, les énergies du corps de la personne à masser
- Ecouter ou sentir son rythme respiratoire et d'adapter votre massage à ce rythme.
- D'adapter votre massage à ces découvertes et à la demande de la personne massée.
- De préserver votre propre tonus pendant le massage en tenant compte de votre posture, de votre respiration et de votre propre personnalité.

LOGISTIQUE

Horaires :

Matinée : de 10h00 à 13h00 (9h30 le 1^{er} jour)

Après-midi : de 14h30 à 17h30

Une pause collation pour chaque demi-journée.

L'hébergement et les repas sont à la charge des stagiaires

Ce qui vous est demandé :

- Lors de cette formation, les massages seront pratiqués avec le port de sous-vêtements jetables.

Ce qui est inclus :

- Les collations pendant les pauses.
- La table de massage, les huiles, lingettes, protections et autres fournitures.
- Les séances de formation au Massage global du corps Pleine Conscience.
- Le cahier des stagiaires.
- Une attestation de formation « Le Corps en Vie » remise à l'issue des 4 journées.

TARIFS ET INSCRIPTION

- 450 € pour les 4 jours.
- 800 € en duo (soit 100 € d'économie)

Règlement

- Un acompte de 150 € par personne vous sera demandé pour confirmer votre inscription. Ce montant vous sera remboursé en cas d'annulation de la formation par manque de participants.
- Le reste dû vous sera demandé le premier jour de la formation.

Modalités et conditions d'annulation

Si vous annulez moins de trois semaines à l'avance, le montant avancé sera gardé sous forme d'avoir pour une prochaine formation.

Bulletin d'inscription

Formation Massage du corps Pleine Conscience Méthode « Le Corps en Vie »	
Date
Prénom	
Nom	
Adresse	
Tél	
Mail	
Site internet	
Comment avez-vous connu cette formation ?	
Avez-vous déjà pratiqué le massage ?	
Avez-vous déjà pratiqué le Yoga, la Méditation, la sophrologie ou autre technique corporelle douce ?	
Pratiquez-vous un sport ?	
Problèmes de santé ou autres choses à signaler ?	
Personne à contacter en cas de besoin	
Inscription	Inscription 4 jours : 450 € <input type="checkbox"/> Réduction (vu avec moi) <input type="checkbox"/>
	Validation de l'inscription dès réception d'un acompte de 150 €
Règlement	Par chèque A libeller à l'ordre de Fanny GUENARD A envoyer à Fanny GUENARD - 117 boulevard de la Croix Rousse 69004 Lyon Par virement : Nom : GUENARD IBAN : FR42 2004 1010 0716 6471 1S03 892, BIC : PSSTFRPLYO

J'accepte les conditions d'annulation.

Date et signature