

Module de formation :
4 jours 1^{er}/4 novembre Toussaint 2018
Découvrir le massage du ventre en lien avec notre cerveau
(3^{ème} édition) en Ardèche à Antraigues



Objectif et programme des 4 jours :

Comment aborder le toucher abdominal, à l'aide **de techniques issues du Tao** : le Chi Nei Tsang, le hara en médecine chinoise, le massage detox abdominal en Thaï traditionnel, et du Massage Sensitif®

- Apprendre : à percevoir les organes abdominaux, Les tensions et blocages qui obstruent la libre circulation de l'énergie.
- Le massage du ventre : permettre aux fluides de circuler librement dans l'abdomen et au cœur de nos organes, relâcher le diaphragme, avec l'outil de la respiration tension/détente,
- Détoxiner nos organes, stimuler notre système nerveux entérique
Le travail s'effectuera sur soi-même en auto massage ou avec un partenaire.

- Comprendre l'influence de notre microbiote sur nos états d'âmes, et sur notre capacité à être positif. (projection de documents vidéo sur le sujet).
- Etudier l'influence de l'alimentation dans la composition de notre microbiote.
- Pratique de mouvements corporels en lien avec le bassin et l'abdomen.

Afin de favoriser l'accès à un potentiel énergétique fabuleux !

Les repas seront confectionnés et partagés ensemble, sur une base simple végétale bio, longuement mastiquée pour en connaître l'impact sur la digestion et la qualité des organes, tout cela en pleine conscience.

Précaution : il est demandé une autorisation médicale pour les personnes avec un problème de santé.



Yvonne Sebbag

Formatrice en Chi Nei Tsang. Massage du ventre. Abdominal detox. (Formée en Inde et en Thaïlande)
Praticienne de shiatsu, Psycho-Somato-thérapeute, Formatrice en Massage Sensitif® Conseillère et cuisinière
coach en nutrition naturelle depuis plus de 30 ans. Pratique le Yoga Iyengar.

Tarifs :560€ le module de 4 jours, nourriture bio, l'hébergement en chambre 2/3 personnes, **si inscription avant le 1^{er} octobre, après cette date 590 €** Chambre individuelle + 90€

Inscription avec l'envoi des arrhes 320€ au 10 boulevard Charlemagne 13012 Marseille. Les 240 € restant en début de stage pour l'hébergement et la nourriture. Un complément d'info avec une marche à suivre précèdent le module vous sera transmis à l'inscription. Pour infos Tel 06 62 44 93 94.

ysebbag@hotmail.com.

Lieu du stage : en Ardèche : Marie Pierre Savary et Yves Selvais, Gîte le Gourbet 07530 Antraigues. L'arrivée se fera la veille dès 17 h mercredi 31 octobre.