



## Stage massage ayurvédique Abhyanga

Hommes & Femmes

ANGERS

□ 26 - 27 et 28 juillet 2019

Trois jours pour apprendre le plus pratiqué des massages ayurvédique : **L'abhyanga**, massage complet du corps à l'huile chaude. Massage profondément relaxant, et équilibrant les trois doshas (Vata, Pitta et Kapha).

**Lors de ce stage, vous apprendrez :**

- A se masser soi-même (auto-massage)
- A masser les autres. (abhyanga)
- Les bases essentielles de l'ayurveda.
- Reconnaître les trois doshas.
- Quelle huile utiliser en fonction des doshas.

**Les stages d'ayurveda sont enseignés dans le respect de la tradition de l'Inde. Ils sont dispensés par Pascal Vételé Educateur de santé en Ayurveda, adhérent à l'association des professionnels de l'ayurveda en France.**

**Vous devez apporter :** - des vêtements souples et confortables en coton de préférence pour donner les massages. (vêtements qui ne craignent pas l'huile).- des nu-pieds ou chaussons.- vos affaires de toilette, et deux serviettes de toilette.- de quoi prendre des notes.

Le midi, les repas sont pris en commun. Végétariens de préférence et sans alcool. Apporter vos repas. Réfrigérateur sur place et de quoi faire réchauffer.

**Participation au stage : 290 €.**

Arrhes de 50% par personne à l'inscription, remboursées en cas d'annulation 20 jours avant le début de l'atelier. Arrhes encaissées et non restituées 20 jours avant l'atelier. Les autres 50% à régler à votre arrivée.

**Stage non résidentiel.**

Il est néanmoins possible de dormir sur place, deux places en chambre commune mixte (deux lits de une personne) à 20€ la nuitée., sans petit déjeuner à part le café ou thé.

□ Je désire dormir sur place. Nombre de nuits.....

**Ce stage est ouvert à tous, professionnels et particuliers**

Tél. 02 41 87 23 34 - 06 87 46 50 22.

Envoyez votre inscription à : Centre Sophro-Maine Pascal Vételé  
59 Boulevard Henri Dunant Résidence du Bellay 49100 Angers

Nom, Prénom : .....Sexe.....

Adresse : .....

CP : .....Ville : .....

Tél fixe et/ou portable : .....

E-mail : .....

Pour mon inscription à l'atelier, je verse 145 € d'arrhes

Date : .....les inscriptions sont retenues dans l'ordre d'arrivée.

Me contacter par mail : [pascal.vetele@sophro-maine.fr](mailto:pascal.vetele@sophro-maine.fr)

Retrouvez-moi sur : <http://www.sophro-maine.fr>

Et <http://www.devmessage-angers.fr>