



Stage massage ayurvédique Abhyanga+pieds bol Kansu

Hommes & Femmes

ANGERS

□ **28 - 29 - 30 et 31 août
2019**

Quatre 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). Avec massage des pieds u bol kansu

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.
- Massage des pieds au bol kansu

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.

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 : 400 €.

Acompte de 50% par personne à l'inscription, remboursées en cas d'annulation 20 jours avant le début de l'atelier. Acompte encaissées et non restituées 20 jours avant le stage. 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 200 € d'acompte

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

Me contacter par mail : pascal.vetele@sophro-maine.fr

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

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