
Objectifs :

- Etude des systèmes énergétiques et de leur action sur le corps physique - Gérer et entretenir son énergie personnelle au quotidien (qi gong, respirations, postures de yoga, méditations...)
- Etat d'esprit, intentions
- Pratiques d'ancrage, d'enracinement
- Entretien énergétique de son environnement
- Comment se "protéger" et se "nettoyer"

Public concerné et prérequis :

- amateurs et particulier pour leur intérêt personnel - professionnels souhaitant faire évoluer leurs compétences

PAS DE PREREQUIS

Qualification des intervenants :

Anne-Sophie Dufeutrelle, Directrice et formatrice de l'école En Vie de Sens, Massothérapeute depuis 2009

Moyens pédagogiques et techniques :

Les moyens et outils pédagogiques mis à dispositions du stagiaire sont :

- des outils d'aide à l'apprentissage (tableau blanc, vidéoprojecteur, paperboard...).
- des supports pédagogiques (livrets et vidéos pédagogiques)
- démonstration par le formateur

Durée, effectifs :

EN VIE DE SENS

80 rue Laponneraye 37000 Tours
Tél. 0608138035 – contact@enviedesens.fr
SASU au capital de 1000 € – RCS – SIRET 88185558900027 – NAF 9604Z

14 heures.

8 stagiaires.

Programme :

1e jour (7 heures de formation): - Pratique de Qi Gong et étirements

- Etude des systèmes énergétiques et de leur action sur le corps physique
- Pratiques d'ancrages
- Méditations

2e jour (7 heures de formation) :

- Qi Gong et étirements
- Méditations spécifiques
- Entretenir son environnement énergétiquement
- Evaluation

Modalités d'évaluation des acquis :

Evaluation écrite des connaissances par QCM

Sanction visée :

A l'issu de la formation, le stagiaire recevra un certificat de suivi de formation

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

Le stagiaire devra se munir pour suivre sa formation :

- Une tenue souple
- d'un bloc note et d'un stylo

Délais moyens pour accéder à la formation :

EN VIE DE SENS



Programme de formation GESTION DE L'ENERGIE ET ANCRAGE

Les inscriptions se font tout au long de l'année en fonction du calendrier consultable sur notre site internet et du nombre de places restantes au moment de l'inscription.

Une session à lieu si 4 stagiaires sont inscrits mais seules 8 places sont disponibles.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

La formation est accessible aux personnes en situation d'handicap souhaitant s'orienter vers les métiers de la beauté et du bien-être. N'hésitez pas à contacter l'école En Vie de Sens si vous êtes concernés. Notre équipe est à votre écoute pour vous conseiller et étudier les différentes possibilités d'adaptations pour suivre cette formation.

Tarif :

360,00 €

EN VIE DE SENS

80 rue Laponneraye 37000 Tours
Tél. 0608138035 – contact@enviedesens.fr
SASU au capital de 1000 € – RCS – SIRET 88185558900027 – NAF 9604Z