

Formation découverte intensive et certifiante "Massage Ayurvédique Snehana®"

DU 25 SEPTEMBRE 2020 17H AU 28 SEPTEMBRE 2020 12H

But de la formation " massage ayurvédique Snehana® :

découvrir et apprendre un massage traditionnel du Sud de l'Inde qui est pratiqué lors du Panchakarma en Clinique Ayurvédique.

Condition d'admission: Ouverte à toutes personnes ayant une motivation sincère envers l'Ayurvéda. Entretien préalable.

Lieux de formation: A la Maison de Yoga de Montpon Ménéstérol Périgord blanc

Journée type de formation:

7h00 - 8h30 : Warmup Yoga - Méditation - Mantrayana

8h30 - 9h00 : Breakfast

9h00 - 10h30 : Théorie Ayurvéda

10h30 - 13h00 : Pratique des massages

13h00 - 14h30 : Lunch végétarien

14h30 - 18h00 : Pratique des massages

18h00- 20h30 : Quartier libre - Dinner

20h30 - 22h00 : Méditation - Mantraya

Contenu de formation:

Théorie et base fondamentale de l'Ayurvéda

Théorie et pratique du massage ayurvédique Snehana®:

apprentissage des différentes manoeuvres de massages ainsi que la compréhension de leurs effets. Qualité du toucher, exercices de respiration.

Entraînement du praticien: yoga matinal - méditation - chants de mantras de guérison - yoga nidra

Validation du cursus:

A la suite de la formation après un examen de contrôle, un "Certificat de praticien en Massage Ayurvédique Snehana®" vous sera remis.

Les tarifs:

Forfait Pédagogique 3 jours de formation: **225€**

Forfait Hébergement + repas (3 nuitées): **155€** (tout compris)

ou : **149€** (sans les draps)

Ce stage est le pré-requis pour toutes autres formations.

NOMBRE DE PLACES LIMITÉES A 12 PERSONNES

Renseignements Inscriptions.

La maison du yoga 06 01 72 48 66

Ayurveda Nilayam 07 49 10 92 44

Formation découverte intensive et certifiante "Massage Ayurvédique Snehana®"

DU 25 SEPTEMBRE 2020 17H AU 28 SEPTEMBRE 2020 12H



Lieu : ce stage se déroulera à la Maison de Yoga, à Montpon Ménésterol petite ville située en Dordogne (Entre Périgueux et Bordeaux).

Un lieu destiné à la détente et au ressourcement. La Maison du Yoga convient pour des cours, des stages et des formations dans les domaines du Yoga, Méditation, Relaxation. Les personnes peuvent investir le jardin forestier de pins, châtaigniers et chênes.

www.untempsdeyoga.fr

Hébergement : six chambres doubles et une chambre simple sont à votre disposition. Repas végétariens.

S'inscrire auprès de **Sylvie CHIMBAUD** en adressant un chèque de **50 euros** à 32 rue Simone Signoret 24700 Montpon Ménésterol

Tel : 06 01 72 48 66

Email : s.chimbaud@orange.fr



Le formateur:

Stéphane RICHARD partage son temps entre l'Inde et la France. Il vous fait découvrir l'Ayurvéda et les bases du Yoga avec une pédagogie adaptée aux Occidentaux depuis plus de 14 ans. Il a suivi les enseignements: de Swami Yog Ananda Bharati, de Jiva Ayurvéda (Faridabad), de Arya Vaidya Pharmacy (Coimbatore)

Il continue d'étudier et d'approfondir depuis plus de 20 ans:

le Bouddhisme Tibétain du Mahamudrâ et du Dzogchen
les enseignements Hindou de l'Adhyatma Yoga et de l'Avaita Vedanta

Bulletin d'inscription:

A valider sur le site www.ayurvedanilayam.com ou retourner par Email :

manage.ayurvedanilayam@gmail.com

Stéphane Richard - tel : 07 49 10 92 44

Je participe au stage et je fait un virement bancaire de
100 euros d'acompte pour les frais pédagogiques
SOCIETE GENERALE IBAN : FR76 3000 3014 2800 0500 1077 757
BIC-ADRESSE SWIFT : SOGEFRPP

Nom, Prénom :

Adresse :

.....

.....

Portable : Email :

Profession :

www.untempsdeyoga.fr

www.ayurvedanilayam.com