Techniques de relaxation selon la MTC Stage de 5 jours en résidentiel

14 – 19 juillet 2019 à Castellet-lès-Sausses (04)

Formation aux techniques de relaxation pour profesionnels du bien-être ou simplement à titre personnel pour s'accorder un moment à soi.

En partenariat avec





Le dépaysement à seulement 1h30 de Nice!





PROGRAMME

Partie théorique :

Bases de la physiologie du stress

Bases de la médecine traditionnelle
chinoise

Partie pratique:

Relaxations guidées

Etirements et déblocages

Respirations

Automassages

Qi Gong

Mise en situation d'animation

TARIFS exceptionnels!

- * Stage de 35 heures et support écrit : 250 €
- * Hébergement et pension complète du dimanche 14/7 au soir jusqu'au vendredi 19/7 en fin d'après midi :

Chambre double: 255€/pers
Chambre triple: 230€/pers
Chambre quadruple: 217,50€/pers
Camping à la ferme: 205€/pers

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

Sandra 06 24 04 76 62

contact@sandra-schmieder.com www.sandra-schmieder.com