



MASSAGE AU BOL KANSU

Ce massage des pieds se pratique avec un petit bol composé de 5 alliages selon la tradition ayurvédique. Il harmonise l'élément feu, procure un bien-être profond et libère le mental. Il est souvent évoqué pour l'apaisement de l'anxiété, du stress et de l'insomnie. Il permet à l'énergie vitale de circuler à nouveau plus fluidement.

Une technique simple et originale qui réjouira votre âme d'enfant !

Objectif du cours

Savoir pratiquer cette technique avec simplicité et humilité en connexion avec la personne.

A la fin du cours, vous serez capable :

- D'utiliser le bol et de l'entretenir
- De réaliser un massage doux et harmonieux

Prérequis

Aucun, ce cours est ouvert à toutes et tous.

Durée

8 heures de cours en classe.

Contenu

Histoire
Approche des tridoshas
Approche des points réflexes
Le bol, sa composition, son entretien
Bienfaits du massage
Indications et contre-indications
Observation du pied
Pratique sur les pieds avec extension sur les jambes

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques

Moyens pédagogiques

Support de cours

Formatrice :

Katia Billard

Voir le lien sur le site

Lieu : Ecole Gedane Sàrl, Côtes-de-Montbenon 30, 1003 Lausanne.

Dates

Voir sur le site

Horaire : 9h00 à 18h00

Prix

Voir sur le site

Prix du bol

CHF 30.-

Equipements nécessaires à la pratique

Il vous est demandé d'amener un drap housse, deux linges, une couverture, une lavette, des vêtements confortables et pratiques pour le massage des jambes ainsi que de quoi prendre des notes.

Formulaire d'inscription

Se trouve sur le site internet