



Equilib'r'Energy

Cabinet Paramédical des 3 Communes

5 rue du Col de Dyane
78180 Montigny-le-Bretonneux
3^{ème} étage – Interphone 279
www.equilibr-energy.fr



Après une reconversion professionnelle, je me suis formée au massage Ayurvédique en 2008 au Centre de Yoga et d'Ayurvéda « Tapovan ». J'y ai reçu l'enseignement des techniques de massage indien de tradition ayurvédique ainsi que les bases fondamentales de la science et philosophie ayurvédiques.

Souhaitant me rapprocher des personnes âgées, handicapées, en convalescence ou en fin de vie dans le cadre des mes activités, j'ai ensuite effectué fin 2010 une série de formations à l'Institut Européen de Toucher-Massage Joël Savatofski : toucher-massage dans les soins, gestion de la douleur et soins palliatifs.

Je continue d'approfondir mes connaissances dans l'Ayurveda et travaille ponctuellement dans le cadre de cures ayurvédiques (Normandie, région parisienne...). Egalement, je masse occasionnellement des enfants et adolescents polyhandicapés de la commune d'Elancourt (78). Enfin, en plus de pratiquer à mon domicile, je travaille au Cabinet Paramédical des 3 Communes à Montigny, en collaboration avec mes collègues praticiens dans les domaines du bien-être et du développement personnel.

Enrichie de ces expériences, je souhaite vous faire partager les joies du massage grâce à ce stage d'initiation, pour votre plaisir et celui de votre entourage.

Journée de découverte
du Massage bien-être,
par des techniques simples,
pour le partager avec vos proches

STAGE D'INITIATION AU MASSAGE BIEN-ETRE

**Dimanche 1^{er} avril 2012
de 9h30 à 17h00**

Claire GWINNER

06 62 36 29 71

ayur-claire@live.fr

www.brisetoncocon.com



Equilib'r'Energy

Cabinet Paramédical des 3 Communes

5 rue du Col de Dyane
78180 Montigny-le-Bretonneux
www.equilibr-energy.fr

Vous aimeriez connaître des mouvements de massage simples et relaxants, afin d'en faire profiter votre entourage proche ?

Lors de cette journée, et à travers des exercices simples, vous ferez connaissance avec l'art du toucher sur différentes parties du corps, pour le partager ensuite dans un cadre familial ou amical.

Cette initiation est ouverte à tous et ne demande pas de connaissance particulière sinon d'être à l'écoute de vous-même et de la personne massée. Au-delà de la technique, c'est la qualité de présence qui est importante.

PROGRAMME DE LA JOURNEE

(l'ordre pourra être modifié)

- Exercices de relaxinésie (détente du corps)
- Massages des pieds (à l'huile)
- Massages des mains (à l'huile)
- Massage du dos (à l'huile)

MATERIEL A APPORTER

Il est demandé à chaque participant(e) d'apporter un drap et une grande serviette de bain (minimum 1,90 m x 1,10 m).

Les huiles seront fournies.

HORAIRES

De 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h.

Pause-déjeuner d'1h30 (repas non fourni)

TARIF

120 € la journée (100 € pour les adhérents d'Equibr'Energy).

Un chèque d'arrhes de 40 % du montant est demandé lors de l'inscription, à joindre au bulletin à découper ci-contre. Il ne sera encaissé qu'au moment du stage, avec le solde.

Les arrhes ne seront plus remboursables en cas d'annulation de votre part après le 21 mars 2012.

Le nombre de participants est limité à 4 personnes minimum et 6 personnes maximum.

Je me réserve le droit d'annuler le stage si le nombre minimum de personnes n'est pas atteint. Dans ce cas, le montant des arrhes vous sera intégralement remboursé et une autre date proposée.

* *
*

Ces massages sont uniquement destinés à la relaxation et au bien-être dans un cadre familial ou amical. Ils ne sont ni thérapeutiques, ni érotiques ou sexuels.

BULLETIN D'INSCRIPTION

A renvoyer avec votre chèque d'arrhes de 48 € (40 € pour les adhérents d'Equibr'Energy) **avant le 27 mars 2012** à :

Claire GWINNER
Cabinet Paramédical des 3 Communes
5 rue du Col de Dyane
78180 Montigny-le-Bretonneux

Nom

Prénom

Adresse complète

.....

.....

Tél.

Email

Age

Etes-vous adhérent(e) d'Equibr'Energy ?

Avez-vous déjà pratiqué le massage et si oui, dans quelles conditions (cadre familial, formation, etc.) ?

.....

Je souhaite m'inscrire au stage d' « Initiation au Massage bien-être » du 1^{er} avril 2012 au Cabinet Paramédical des 3 Communes et joins mon chèque d'arrhes au présent bulletin d'inscription.

Je ne pourrai participer cette fois mais souhaite être tenu(e) informé(e) des prochains stages.