

PROGRAMME " Les bases de la Naturopathie" 120 H:

Les outils pour retrouver le bien-être:

- Découverte des principes de naturopathie

1. La maîtrise du toucher:

- Les grands principes du massage
- Massage Ayurvédique
- Réflexologie plantaire

* Les outils du massage:

- Aromathérapie
- Phytothérapie

2. L'apprentissage des techniques de relaxation

- Techniques de relaxation respiratoires
- Techniques de relaxation mentales

3. L'énergétique chinoise

- Energétique chinoise

4. L'équilibre alimentaire

- Alimentation santé

5. Training