***Formation Massage sérénité***

***1 Er jour Détails de la Journée***

09h30 : café d’accueil présentation du programme de la journée

09h45 : Historique

10h00 : Concept des couleurs

10h30 : Emotions et couleurs, aromathérapie, chromathérapie, olfacto thérapie

12h30 : pause déjeuner

14h30 : Gamme des produits professionnelle cabine

15h00 : Les couleurs Altéarah bio et les chackras, travaux pratiques

17h00 : Test

17h30 : Fin de la journée

***2ème jour Détail de la journée***

09h30 : café d’accueil présentation du programme de la journée

09h45: Révisions questions et réponses de la veille, suite des couleurs

10hh15 : Les aliments alcalins

10h30 : Les plantes de nos jardins, (la cuisine au quotidien)

11h30 : Vertus, nature et saveurs au quotidien selon le principe yin et yang

12h00 Le cycle nyctéméral

12h30 : Pause déjeuner

14h30 : Repérage vertébrale et lecture du corps émotionnel en fonction des douleurs

15h30 : Le massage des points Knap et physiologie du mouvement, anatomie

16h30 : Massage sérénité en binôme dos-jambes

17h15 : Test et fin de journée à 17h30

***3ème jour Détails de la journée***

09h30 : Café d’accueil présentation du programme de la journée

09h45: Révisions questions et réponses de la veille, suite des couleurs

10h00 : Massage jambes et ventre

11h30 : Pause

12h00 : Questions-réponses

12h30 : Pause déjeuner

14h30 : Démo massage visage

15h00 : Travaux pratiques massage complet

17h00 : Test

17h30 : Fin de la journée