



Atelier pratique d'acupression



Mme KOUZMIN Patricia Suzanne (Ancienne enseignante en France et à l'étranger en français et théâtre, tous niveaux (de maternelle à universitaire). En parallèle formation complète à Lyon (au CATC) sur 4 ans pour les 4 disciplines : massage tui-na, acupuncture, pharmacopée et diététique chinoise. 1 année supplémentaire avec Philippe SIONNEAU en pharmacopée chinoise.)

INFORMATIONS

Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.

Lieu : Université Populaire
(Salle de réunion)

Début le mercredi 14 février 2024

DURÉE : 02:30

Prix : **17.50 €**

MATERIEL :

Si possible tapis de gym et serviette.

CODE ACTIVITÉ : 215

DESCRIPTION

Après un petit automassage énergétique nous ferons une brève introduction sur l'acupression, les points et les techniques de mains.

Puis nous utiliserons différents points zones par zones :

POINTS DE LA TÊTE pour tonifier la peau , pour les rhumes, les «crises de foie », la concentration, la surdité.

POINTS DU TORSE pour les crises d'angoisse, les nausées, la constipation, la diarrhée.

POINTS DES JAMBES pour aider la circulation sanguine et le drainage.

POINTS DES PIEDS pour les entorses, pour stimuler divers organes.

POINTS DES MAINS pour stimuler différents organes.

PRÉ REQUIS

OBJECTIFS

Découvrir et s'approprier des points d'acupression pour son bien-être, pour renforcer ses défenses immunitaires à l'approche des intersaisons ou pour soulager des petits désagréments du quotidien.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	14-02-2024	14:00	02:30	Université Populaire (Salle de réunion), Maison des services publics, 1er étage côté nord 1 avenue Saint-Martin - 26200 MONTE LIMAR