

FORMATION A LA RESPIROLOGIE (Vital'Respir™)

6 et 7 décembre 2014, à Montpellier



La RESPIRATION, fonction importante et méconnue, nous accompagne jour et nuit, tout au long de notre vie. Son bon fonctionnement, voire sa maîtrise, sont garants d'une vitalité pérenne et d'un bon équilibre psychologique. Venez découvrir les bénéfiques et les pratiques de la Respirologie et explorer la méthode Vital'Respir. Nous en partagerons les mécanismes, ainsi que leurs effets sur la santé, la gestion des émotions, les attitudes et comportements, l'ergonomie des gestes quotidiens (effort, repos, tonus utilisé).

PROGRAMME :

- ⓐ Bases anatomiques et physiologiques du système respiratoire et repérage corporel (colonne vertébrale, cage thoracique, voies respiratoires, poumons, muscles respiratoires)
- ⓐ Pratiques de la respiration consciente (prise de conscience du schéma corporel appliqué à la respirologie). Exercices solo, à deux, test des cycles respiratoires spontanés
- ⓐ Physiologie du système respiratoire (les échanges gazeux, le circuit de l'oxygène dans la circulation sanguine, les muscles et les tissus)
- ⓐ Exercices de concentration sur la respiration et pratiques orientales (Pranayama du Yoga indien, le souffle dans les méditations bouddhistes, Asie du Sud-Est et Zen Japonaise «Bompu Zen»)
- ⓐ Exercices personnalisés, modulations et variations du souffle (Ralentir- accélérer- accueillir les perturbations)

PUBLIC CONCERNE : Professionnels de la santé, du coaching et de la formation, de la relation d'aide, du sport et amateurs éclairés

ANIMATION : Edouard STACKE, Fondateur de la méthode Vital Respir, Consultant-Coach, Psychothérapeute, Kinésithérapeute, Ancien Chargé de Cours aux Universités de Montréal et Paris V, Auteur de « Les vertus de la respiration » Editions Guy Tredaniel; « La liberté de s'accomplir » Editions Le Souffle d'Or ; « Coaching d'entreprise », avec les interventions de Dany Parisi-Claverie, Psychothérapeute

MODALITES :

Date : samedi 6 et dimanche 7 décembre de 9h30 à 18h30 (prévoir une tenue souple)

Prix : Professionnels : 350 € TTC - Particuliers : 200 € TTC

Lieu : Cabinet Dany Parisi-Claverie - 3 Esplanade de l'Europe (Antigone) - 34000 Montpellier

Informations : d.parisiclaverie@gmail.com - Tel : 04 67 22 18 21

Pour vous inscrire, remplissez le bulletin d'inscription joint et adressez votre règlement par chèque à l'ordre de 100 Ways à l'adresse ci-dessous.



121 rue d'Aguesseau - 92100 Boulogne-Billancourt
Tél. : 01 55 60 23 96 - E-mail : info@100ways.net
www.respirologie-france.com - www.100ways.net



FORMATION A LA RESPIROLOGIE (Vital'Respir™) 6 et 7 décembre 2014, à Montpellier

Modalités pratiques & Bulletin d'inscription

MODALITES PRATIQUES :

Date : samedi 6 et dimanche 7 décembre de 9h30 à 18h30

Prix : Professionnels : 350 € TTC - Particuliers : 200 € TTC (déjeuners non inclus)

Lieu : Cabinet Dany Parisi-Claverie - 3 Esplanade de l'Europe (Antigone) - 34000 Montpellier

Informations : d.parisiclaverie@gmail.com - Tel : 04 67 22 18 21

Prévoir une tenue souple et confortable et une bouteille d'eau

Modalités de règlement :

Par chèque à l'ordre de 100 WAYS

Possibilité de règlement en deux fois : joindre 2 chèques d'un montant égal (Le premier sera encaissé immédiatement ; le deuxième sera encaissé au 8 décembre 2014)

Annulation :

En cas d'annulation de la part de l'organisateur, un remboursement intégral sera effectué.

En cas d'annulation du participant ou de non participation à l'événement, aucune somme ne sera remboursée.

Organisateur de la formation :

100 WAYS - SARL au capital de 50.000 € - SIRET 445 082 000 12 - APE : 7002Z

121 rue d'Aguesseau - 92100 Boulogne Billancourt - www.100ways.net - info@100ways.net

Bulletin d'inscription

A renvoyer, accompagné de votre règlement, à :
100 WAYS - 121 rue d'Aguesseau - 92100 Boulogne-Billancourt

Nom & Prénom :

Profession :

Société :

Adresse :

CP : Ville :

Tél fixe : Portable :

Mail :

Je m'inscris à la formation de Spirologie, les 6 & 7 décembre 2014

Je joins mon règlement de€ TTC, par chèque

Je souhaite recevoir une facture

Signature :