Atelier bien-être : Sophrologie et gestion du stress

RÉF | 8516

OBJECTIF ET CONTENU

Objectif

Ajouter un service supplémentaire à vos compétences et aider vos clients à recréer une relation harmonieuse entre corps et esprit, tout en chassant peurs, angoisses, stress ou tensions.

Programme

Positions de base du yoga
Le lâcher prise
La méditation de pleine conscience
Communiquer avec aisance,...

Se munir d'un tapis de yoga et prévoir un modèle pour les cours pratiques.

Certification(s) visée(s)

Éventuellement attestation de participation de l'organisme

Type de formation

Alternance PME

ORGANISATION

Durée

64 heures

Horaire

en soirée
Disponible sur le site de l'organisme

Coût

875 €

CONDITION D'ADMISSION

Prérequis administratifs

Aucun

Remarques

Formation destinée aux professionnels de la beauté et du bien-être tels que masseurs; esthéticiennes; réflexologues; kinés; ...

EN PRATIQUE

Pour s'informer et postuler

Vous avez plusieurs possibilités, soit :

- Les inscriptions se font via le site web de l'organisme: www.efp-bxl.be
- Pour davantage d'informations:
- efp : 0800 85 210
- Mail : info@efp.be

Organisme

Efp : Formation continue
Rue de Stalle 292b
1180 Uccle
Tél: efp 0800 85 210
http://www.efp-bxl.be

Pour connaître les dernières informations publiées, consultez cette fiche sur Dorifor.be © Bruxelles Formation