

# Graine de Massage

76 rue des marronniers

91250 Tigery

Email: [grainedemassage@gmail.com](mailto:grainedemassage@gmail.com)

Site internet : [www.grainedemassage.com](http://www.grainedemassage.com)

Tel: 06.61.09.04.30

Numéro SIRET: 530597400

Numéro de déclaration d'activité: 11 9107030 (auprès du préfet de région d'Ile de France)



## PROGRAMME DE FORMATION

### DIAPASON NIVEAU 1 – HARMONISATION ET LIBERATION EMOTIONNELLE Chakra bien-être Adulte et Enfant

**Compétence visée :** Certificat de réalisation "Pratiquer des techniques d'harmonisation et libération des émotions par le diapason"

**Durée de formation :** 12 h de formation - 2 jours

**Tarifs :** prise en charge personnelle : 407 euros / prise en charge employeur / opco / pôle emploi : 460 euros

**Public visé :** Tout public

**Prérequis :** Aucun prérequis

**Modalités d'enseignement :** Formation disponible en présentiel

**Méthodes d'enseignement :** Test de positionnement, Présentation powerpoint, Travail en binôme, Utilisation d'outils spécifiques à l'animation. Mise en situation réelle et de situation, Partages d'expériences, Livret pédagogique en pdf

**Modalité d'évaluation :** validation par un Q.C.M en fin de formation + évaluation de la pratique tout au long de votre formation

**Maintien des compétences :** Application Mobile et tablette Graine de massage

**Situation de handicap :** Nous contacter afin de pouvoir adapter la formation

### Programme jour 1 et jour 2

**Maîtriser les techniques vibratoires favorisant l'harmonie du corps, la libération émotionnelle selon les besoins et le public cible,**

Technique vibratoire sur le corps "subtil"

Utiliser les diapasons adaptés

Technique vibratoire sur les chakras principaux

Identifier et localiser les chakras principaux - Utiliser les diapasons adaptés

Technique vibratoire sur les chakras secondaires et tertiaires

Identifier et localiser les différents chakras secondaires et tertiaires - Utiliser les diapasons adaptés

Protocole de détente du corps

Identifier les différents points de détente sur le corps - Utiliser les diapasons adaptés

Protocole et détente de l'axe corporel

Identifier les points spécifiques de détente de l'axe - Utiliser les diapasons adaptés

# Graine de Massage

76 rue des marronniers

91250 Tigery

Email: [grainedemassage@gmail.com](mailto:grainedemassage@gmail.com)

Site internet : [www.grainedemassage.com](http://www.grainedemassage.com)

Tel: 06.61.09.04.30



**Comprendre les fondements du travail vibratoire, Relier chaque chakra à ses émotions et besoins, Savoir induire une relaxation profonde par points-clés, Intégrer un soin complet d'alignement vibratoire, harmonisation du corps**

- Histoire du diapason
- Les contre-indications au diapason
- Présentation des diapasons thérapeutiques selon le protocole
- La vibration sonore comme outil d'auto-régulation
- Le corps et sa résonance : son effet global
- Avant / Après une séance au diapason
- Fréquence cérébrale et onde vibratoire
- Notions de base sur l'énergie vitale (prana)
- le corps subtil et les chakras
- Les 7 chakras principaux : localisation, fonctions, blocages typiques
- Leurs Correspondances émotionnelles
- Spécificités enfant/adulte (notamment chakra du cœur et racine)
- Associés le travail au diapason lors de mes autres pratiques avec les enfants