

FORMATION MTT 2026

POCHONS HORMÉ & MOXIBUSTION

21 mars et 06 juin



La Médecine traditionnelle Tibétaine ou « Sorig » (science de la guérison) fait partie des médecines traditionnelles asiatiques les plus anciennes du monde, qui a la particularité d'être restée longtemps conservée et bénéficie d'une lignée de transmission ininterrompue. Elle propose une approche holistique pour rétablir les équilibres de la santé perdus au niveau du corps, de l'énergie et de l'esprit

POCHONS HORMÉ ?

Ce massage traditionnel, accessible à tous, utilise des pochons chauffés remplis d'herbes ou de plantes pour détendre les muscles, apaiser le corps et l'esprit.

La chaleur et les actifs naturels des pochons stimulent la circulation, réduisent les tensions et favorisent une relaxation profonde qui invite "au lâcher-prise".

DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE ?

- Les bienfaits de la MTT pour la santé
- Utilisation & bienfaits des pochons/de la moxibustion ou des coquillages
- Réponses aux questions
- Atelier pratique

Journée BIEN – ÊTRE en duo

Tarif : 60 € la journée par personne.

Pratique : en binôme

Les inscriptions sont ouvertes : Réservez votre place en envoyant un chèque d'arrhes de 30 € à l'adresse postale ci-dessous.

Matériel : Apportez vos serviettes de bain !
2 grandes serviettes pp et une table de massage, si possible

Lieu de la formation : Le Mont des Sources,
30 rue du Pavé. 69610 Montromant.
Mons du Lyonnais

06 46 45 57 87

montdessources@gmail.com

www.montdessources.fr

Formateurs :

Philippe GONIN



Le Mont des Sources : Centre de Formation & de Ressourcement -Montromant 69610

