

Begeleiding

Karen Poisson
erkend masseur
lid van BMF (Belgische Massage Federatie)

Locatie

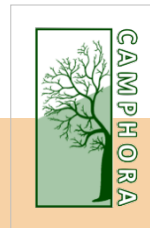
Eigen thuispraktijk Camphora ^{VOF}
Frans Beckersstraat 82
2600 Berchem

Prijs workshop

5 beurten van 2 uur
aan € 75,00 per sessie

Inschrijvingen en afspraken

per e-mail: karen.poisson@skynet.be
of telefonisch: 0473 73 02 63



CAMPHORA ^{VOF}

Karen Poisson
Frans Beckersstraat 82
2600 Berchem
ANTWERPEN
0473 73 02 63
karen.poisson@skynet.be
www.geraaktworden.be
BTW: 0831 195 176
Rekeningnummer:
BNP IBAN BE62 0016 2887 8661

MASSAGE WORKSHOP



de zachte kracht
van
aanraking

Holistische massage

Een lichaamsgerichte workshop voor wie in zichzelf de zachte kracht van masseren wil ontdekken.

Massage is vanuit de holistische visie een uitwisseling van energie, een samenspel, een communicatie zonder woorden. De holistische massage combineert klassieke massage met deze energetische benadering vanuit het holistische principe dat de mens een geheel is. Wat goed is voor het lichaam is heilzaam voor de geest. Holistische massage brengt een diepe lijfelijk en mentale ontspanning teweeg.

Ieder mens heeft van nature de behoefte om aangeraakt te worden. Gedurende de workshop gaan we op een ervaringsgerichte manier om met aanraken, met lichamelijkheid en sensualiteit, met massage geven en de wederkerigheid daarvan ervaren.

De workshop is bedoeld voor mensen die weten of voorvoelen dat ze deugd hebben aan gemasseerd te worden en graag zelf willen masseren om thuis, partner of vrienden en familie te verwennen met een zachte aanraking.

Naast het aanleren van de massagetechnieken wordt in de workshop minstens evenveel aandacht besteed aan de eigen houding en ingesteldheid om met warme zorg massage te geven. Samen zorgen we voor een serene sfeer. Op een bewuste en respectvolle manier gaan we met massage en aanraking om. De massage wordt uitgevoerd met olie rechtstreeks op de huid. Ervaring is niet vereist: de massagehandelingen worden stap voor stap van bij het begin aangeleerd.

Op het einde van de massageworkshop ben je in staat een volledige lichaamsmassage te geven.

MASSAGE

de zachte kracht van aanraking
verstillen en vertragen
geëerd worden en eren
geraakt worden door aanraking
gevoelvol communiceren zonder woorden
geven én ontvangen
tot diepe ontspanning komen
in je lijf en in je hoofd
rust in de dagelijkse drukte
speels en creatief genieten



Praktische info

- Je komt **met z'n tweeën**. Wie de workshop wil volgen om te leren masseren, brengt een tweede persoon mee aan wie je massage zal geven, op wie je het masseren zal oefenen.
- De workshop gaat door **in mijn thuispraktijk** voor massage. Ik zorg voor een warme kamer, voor een massagetafel en handdoeken.
- De workshop wordt in **5 beurten van 2 uur** gegeven. Bij elke beurt wordt de massage van een bepaald lichaamsdeel aangeleerd. Data en uren worden telkens vooraf afgesproken. Een afwezigheid dient 48 uur op voorhand verwittigd, zo niet wordt de beurt aangerekend.
- Tussen elke beurt in, oefen je best minstens één keer de massage thuis. Dit veronderstelt dat je thuis een **massagetafel** hebt. Oefenen op bed is echt geen goed idee. (Voor +/- € 100 kan je in het commerciële circuit een massagetafel kopen die voldoet.)
- Je bekomt een **syllabus** met beschrijving en tekening van alle massagehandelingen. Handig om thuis aan de slag te gaan. In de syllabus vind je ook uitgebreidere informatie over holistische massage, massageolie, massageprocedure etc.

Meebrengen:

- Een **tweede persoon** op wie je oefent.
- Zorg voor **makkelijke kledij** en draag best geen juwelen.
- Voorzie 50 à 100 ml **massageolie**.