



ARNO VAN HAREN
PRAKTIJK VOOR ONTSPANNING
NIJMEGEN

MASSAGE &
MASSAGETHERAPIE



De Hoefkamp 1122
6545 MG Nijmegen
06 24530279

www.arnovanharen.nl

Cursus Ontspanningsmassage 2019 Les 3 Etangs



6-daagse cursus Intuïtieve ontspanningsmassage

Locatie: Les 3 Etangs, Auvergne, Frankrijk

Datum: 13 – 19 oktober

Prijs: vanaf € 565,00 volpension

Tijdens deze cursus ontwikkel je de basisvaardigheden voor het geven van een volledige ontspanningsmassage. Deze vaardigheden leer je combineren met het volgen van je intuïtie, waardoor de massage goed wordt afgestemd op de ontvanger. Omdat je als masseur moet weten “hoe het voelt” bij de ander besteden we veel aandacht aan de interactie tussen beiden. Aansluitend bij de vakantiesfeer staan daarom leren, ontspannen en genieten voor ontvanger én geveer deze week centraal.

Beter 1 keer zien dan 100 keer horen

Wanneer je in een ongedwongen sfeer wilt leren jouw partner, kind, of een vriend of ander familielid te masseren, biedt deze cursus je daartoe alle gelegenheid. Je wordt volledig verzorgd, de omgeving is zeer rustgevend en door de kleine groep van maximaal 8 personen krijg je mijn volledige aandacht. Er is geen ervaring of voorkennis nodig. Aan het einde van de cursus kun je met aandacht en zekere hand een intuïtieve, goed op de ontvanger afgestemde ontspanningsmassage geven.

Tijdens de cursus komen aan bod

- Kennismaking, werkhouding, privacy en handdoekprotocol
- Basistechnieken: inmasseren, van groot naar klein, drukopbouw, ritme
- Interactie tussen masseur en ontvanger, emotioneel bewustzijn, afstemmen, werken in stilte
- Waar nodig verklarende theorie over skelet, spieren, bindweefsel en huid
- Metta: werken met liefdevolle aandacht
- En als we nog tijd over hebben: stretching en holistische pulsing

Programma

We werken 's ochtends en 's middags, onderbroken door een lunch naar Franse traditie. Twee dagdelen houden we vrij voor eigen bezigheden of om de prachtige omgeving te verkennen. (De temperatuur in deze periode is heel aangenaam terwijl de bladeren al beginnen te kleuren.) Als je wilt kun je tussendoor een individuele massage bij me reserveren. De avonden zijn vrij te besteden. Deze cursus kan intensief zijn en dan is het prettig rustig afscheid van de dag te nemen. De massageruimte staat echter open voor hen die daar gebruik van willen maken.

Verzorging en verblijf Je verblijft op Les 3 Etangs, een schilderachtig domein gelegen in een fraaie vallei met 3 meertjes en prachtige vergezichten. Gastvrouw Christine en gastheer Basten zorgen ervoor dat het je aan niets ontbreekt. Je kunt kiezen voor een privékamer in een van de gîtes of de kamer delen met anderen. Het verblijf is op basis van volpension. Het ontbijt, de lunch en de 3-gangen avondmaaltijd zijn vegetarisch, maar wanneer je de voorkeur geeft aan niet-vegetarisch is dat geen probleem.

Inbegrepen

Cursus

- 8 dagdelen cursus
- korte meditatie aan het begin van de dag (optioneel)
- Gebruik van massagetafel, hoezen, tussenvloeistof (olie)
- Gebruik van de oefenruimte buiten de cursusuren
- Cursusmap met een overzicht van de toegepaste technieken
- Kortingsbon voor een ontspanningsmassage in mijn praktijk in Nederland

Verzorging

- Volledig pension, van de avondmaaltijd op zondag tot en met het ontbijt op zaterdag
- Fruit, koffie, thee & sap staan onbeperkt tot je beschikking
- Verblijf in luxe gîte, naar wens in privékamer of gedeelde kamer
- Gebruik van Wifi in de gezamenlijke ruimte

Niet inbegrepen

- Vervoer, eventuele verzekering
- Persoonlijke uitgaven
- Handdoeken, doek of dunne deken om het lichaam te bedekken, eventuele andere massageattributen

Praktische zaken

- Aankomst vanaf 16.00u op zondag 13 oktober, vertrek op zaterdagochtend 19 oktober na het ontbijt
- Aanmelden tot 20 september
- Bemiddeling vervoer mogelijk
- Informatie over aanbetaling, etenstijden en andere praktische zaken ontvang je na aanmelding. Heb je bijzondere wensen? Geef ze tijdig door zodat wij daar zoveel mogelijk rekening mee kunnen houden

Prijs

- Cursus ontspanningsmassage, volpension, gedeelde kamer (2/3) personen) in luxe gîte € 565,00
- Cursus ontspanningsmassage, volpension, privékamer in luxe gîte € 625,00

Wil je meer weten of een plaats reserveren? Stuur me dan een mailtje of app naar 06 24530279.

