

TABLE DES MATIÈRES

1 - L'anatomie

Vous apprendrez l'anatomie du ventre, incluant les organes vitaux et les muscles, et découvrirez comment leur massage peut favoriser la digestion et le bien-être général.

2 - La psychologie

Vous découvrirez comment le massage thérapeutique du ventre peut influencer la psychologie en libérant des émotions refoulées et en réduisant le stress, pour une sensation de sécurité et de confort.

3 - La métaphysique

Vous explorerez la métaphysique du ventre, en apprenant à considérer cette zone comme un centre d'énergie et d'émotions, et comment le massage peut aider à équilibrer ces énergies.

4 - La spiritualité

Vous découvrirez l'aspect spirituel du massage du ventre, qui favorise une connexion plus profonde avec vous-même et encourage la méditation, la pleine conscience et l'introspection.

5 - Pratique manuelle

Vous apprendrez les techniques manuelles du massage thérapeutique du ventre qui aident à relâcher les tensions et à stimuler la circulation.