

# Formation Sonothérapie

## Bols tibétains & autres instruments



PAR ALIZÉ LEBLANC  
VOTRE FORMATRICE  
INFOS : 06 34 44 27 38

La sonothérapie est une thérapie par le son et les vibrations. Son principe est simple : les vibrations traversent le corps pour libérer les zones de tensions et de blocages.

Ces sons et vibrations apportent massage sonore propice à la détente, ils favorisent l'harmonisation du système énergétique.

Les séances peuvent se faire en soin individuels (massage sonore) ou en collectif (relaxation sonore).

### PUBLICS

Toute personne souhaitant :

- Réaliser des séances de relaxation (professeur de Yoga, méditation, pilates, sophrologue...)
- Utiliser le massage sonore dans son cadre professionnel : praticien en massage, naturopathe, sophrologue, énergéticien...)
- Développer ses connaissances en sonothérapie

Difficulté



Type  
assis ou  
allongé

Massage  
Habillé

Validation  
Attestation de formation

Lieu  
Montauban  
(82)

### LES OBJECTIFS

Apprendre le  
massage sonore

Apprendre à créer un  
voyage sonore

Acquérir des  
techniques  
professionnelles

Comprendre les  
bienfaits des sons

**Formation Professionnalisante**

FORMATION PRIVÉE 650 €

(ACOMPTE DE 30%)

2 JOURS DE FORMATION  
EN PRÉSENTIEL

MATÉRIEL À DISPOSITION

ATTESTATION DE FORMATION

### PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre la formation.

Toutefois avoir un projet en tant que particulier ou professionnel pour ainsi apprendre, pratiquer ou acquérir de nouvelles compétences est fortement souhaité.



# Contenu Pédagogique Sonothérapie

## MOYENS PÉDAGOGIQUE :

Matériels nécessaires à l'apprentissage, Mise en situation, Test QCM , et d'une attestation de formation.

## MATÉRIELS :

Mis à disposition par Sweet Ôm Montauban.

## FORMATEUR :

Alizé, Praticienne expérimentée en massage bien-être, Sonothérapeute.

## DÉBOUCHÉS

Prestation de services pour divers établissements de bien être, en freelance, à domicile. Perfectionnement, élargissement des compétences pour le personnel.

## NIVEAUX REQUIS

Tous niveaux d'étude.

## DURÉE :

2 journées (9h-12h / 13h-17h)

## PROGRAMME

JOUR	CONTENU PÉDAGOGIQUE	OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	CONTRÔLES CONNAISSANCES
JOUR 9H-12H 13H-17H	<p>introduction : Théorie sons, vibrations et fréquences.</p> <p>Étude de la cible clientèle.</p> <p>Présentation du matériel nécessaire au massage sonore et voyage sonore.</p> <p>Techniques du massage sonores : Démonstration et mise en pratique des protocoles assis et allongé, sur table de massage ou futon</p> <p>Technique du voyage sonore : Démonstration et mise en pratique pour mener un voyage sonore collectif.</p>	<p>Élargir la palette de connaissances du stagiaire. Commencer la formation sur de bonnes bases.</p> <p>Apprentissage des techniques d'utilisation des bols tibétains</p> <p>Savoir mettre en pratique les connaissances pratiques et théoriques auprès de futurs clients.</p> <p>Vérification des acquis.</p>	<p>Mise en situation</p> <p>Évaluation pratique</p> <p>QCM</p>

## Matériel

Possibilité d'acheter un bol tibétain suite à la formation (stock, choix et tarifs variables).



# Fiche du stagiaire

## COORDONNÉES DU STAGIAIRE

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Code postal : .....

Ville : .....

Tél. ....

Email : .....

.....

Important : vous formez-vous dans le but de pratiquer professionnellement

cochez :  Oui  Non

Profession actuelle :

Statut :

Salarié(e)

Travailleur indépendant

Demandeur d'emploi

Décrire brièvement votre projet de formation :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Sweet Ôm Formation enseigne des techniques de relaxation non thérapeutiques ni médicales.

L'attestation de formation n'a pas valeur de diplôme. Chaque participant déclare, par sa signature ci-dessous, être au courant de la législation concernant le massage en France.

Les femmes enceintes et les personnes récemment opérées, portant un appareil cardiaque, ne peuvent suivre une formation. Tout problème de santé doit être signalé avant chaque inscription et avant toute participation à un module de formation.

Sweet Ôm ne peut être tenu responsable d'un accident survenant lors de la formation.

Sweet Ôm ne peut être tenue responsable de la pratique ultérieure qui sera faite des techniques enseignées.

Les photos et vidéos par les participant.e.s sont interdites pendant les cours. Les protocoles de massage de Sweet Ôm sont protégés par copyright et les participants s'engagent à ne pas les enseigner sous quelque forme que ce soit, sous peine de poursuites.

Les participants autorisent Sweet Ôm à utiliser à titre gracieux leur image (photos ou vidéos) dans le cadre de sa communication pendant 99 ans. En cas de refus, le transmettre par écrit à Sweet Ôm au moment des prises de vue.

Les participants et Sweet Ôm s'engagent à ne pas faire de prosélytisme religieux, ni politique, ni sectaire pendant les formations.

Sweet Ôm conseille d'espacer d'environ 3 semaines à 1 mois chaque module, de façon à bien intégrer chaque technique.

**DATE**

(PRÉCÉDÉE DE "LU ET APPROUVÉ")

**SIGNATURE**