



**L'Institut de Formations aux Techniques de Relaxation**

1, rue Marceau  
49130 LES PONTS DE CE

Tél. : 06 65 69 23 79  
iftr@laposte.net  
<http://www.ecole-relaxologue.com>

*Pour tout complément d'informations, veuillez nous contacter de préférence par mail.*

FORMATION DE RELAXOLOGUES PRATICIENS



# Institut de Formations aux Techniques de Relaxation

**SEMINAIRE DE  
SENSIBILISATION**





**INSTITUT DE FORMATIONS AUX TECHNIQUES  
DE RELAXATION  
et de  
PSYCHO SOMATOSYNTHESE®**

**1, rue Marceau - 49130 LES PONTS DE CE**

**Tél. : 06 65 69 23 79**

**iftr@laposte.net**

**<http://www.ecole-relaxologue.com>**

**Siret N° 512 268 103 00029**

**N° d'activité de formation : 52 49 02695 49**

**Référencé par le Datadock**



**SEMINAIRE DE SENSIBILISATION  
AUX TECHNIQUES DE RELAXATION**

Afin de découvrir les bases des outils de relaxation, ainsi que l'univers de l'IFTR (intervenants, locaux, programmes, etc.), nous vous proposons un week-end de sensibilisation aux techniques de relaxation.

Ce week-end a lieu généralement chaque année en octobre, du samedi 13h30 au dimanche 18h (incluses les pauses).

Il n'est pas nécessaire d'avoir des prérequis pour participer à ce séminaire qui est ouvert à tous.

Le programme de ce week-end donne un aperçu du contenu des bases de la formation d'Animateur en Techniques de Relaxation.

Il comprend des ateliers pratiques, des vécus de cours collectifs (induction verbale, visualisations, etc.), des éléments sur la gestion du stress, ainsi que de nombreuses informations sur les outils de relaxation enseignés par l'IFTR.

A l'issue de ce séminaire, vous avez la possibilité :

- soit de ne pas continuer l'aventure.
- soit d'intégrer la formation complète du 1er cycle par la suite.

Le nombre de places étant limité à 10 personnes nous vous recommandons de ne pas attendre le dernier moment pour éventuellement vous inscrire.

*"La relaxation sera ce que les praticiens en feront, une technique efficace, excluant le dogmatisme et le sectarisme, ouverte sur le besoin des individus et accueillante à tous ceux qui peuvent la faire progresser."*

*Pr Yves Pélicier, psychiatre*



*Visitez notre site Internet*

**<http://www.ecole-relaxologue.com>**