

Module: Exercices Physiques et Techniques Respiratoires

Version du 06-01-2023

Objectifs

- Comprendre le rôle indispensable de l'activité physique dans le cadre d'une bonne hygiène de vie.
- Savoir conseiller une activité physique adaptée à la fois aux besoins et aux possibilités d'un client dans le cadre d'un accompagnement naturopathique.
- Comprendre les mécanismes de la respiration et l'incidence d'une bonne ou mauvaise oxygénation sur l'organisme.
- Savoir conseiller des techniques respiratoires adaptées à un client dans le cadre d'un accompagnement naturopathique

Bénéficiaires

- Demandeurs d'emploi
- Salariés
- Salariés en reconversion professionnelle
- Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap

Prérequis

Aucun

Modalités d'inscription

Inscription par mail: admissions@euronature.fr

Téléphone:
[01 48 44 89 75](tel:0148448975) (Tapez 1)

Pour la référence de l'action de formation, consulter euronature.fr

Programme

- L'activité physique comme outil naturopathique holistique.
- Ses actions sur les grands systèmes
- Effets recherchés selon les types de mouvements.
- Sports recommandés selon les tempéraments.
- Exercices pratiques.
- Comprendre les mécanismes de la respiration et l'incidence d'une bonne ou mauvaise oxygénation sur l'organisme.
- Savoir conseiller des techniques respiratoires adaptées à un client dans le cadre d'un accompagnement naturopathique

Modalité d'évaluation

A préciser

Durée

Module e-learning « Introduction à la naturopathie » + 3 jours en présentiel

Tarif

600,00€

Déroulement de la formation

Intervenant:
Formateur spécialisé en exercices physiques et techniques respiratoires

Dates:
Consulter euronature.fr