



CATALOGUE DE FORMATIONS

LE TAO DE L'ART ULTIME





L'HISTOIRE

DU TAO DE L'ART ULTIME

Le Tao de l'Art Ultime est fondé en 2002 par Sébastien Espenan, expert en défense urbaine sous la direction de Robert Paturel. Il commence la pratique de la savate boxe française, par la suite il décide de se diriger vers la boxe thaïlandaise et le kempo, continuant ses recherches il pratique également le tai chi chuan et le chi kung .

Puis voulant combiner le maximum de connaissances durant le même entraînement, il se dirigea tout naturellement vers le Jeet Kune Do.

Le Jeet Kune Do « voie du poing qui intercepte » est un concept martial, principalement à mains nues, créé par Bruce Lee aux alentours de 1967.

La partie bien être ou interne étant très importante au sein du Tao il décida de mettre en avant tout le coté préparation mentale en devenant maitre praticien en hypnose, sophrologie et PNL ainsi que praticien en énergétique.

Le Tao voulant dire le "chemin", la structure a pour vocation de vous emmener par la formation à vos objectifs les plus ultimes.

Numéro de déclaration d'activité : 76311181931

PRÉSENTATION

FORMATEUR



Sébastien Espenan est le formateur référent du Tao de l'Art Ultime.

Il saura vous former sur des thèmes divers et variés. Il est membre de la Fédération Française de Wushu, Expert National de l'académie Paturel, mais aussi diplômé en hypnose et en médecine traditionnelle chinoise avec la Fédération Française du Massage.

Les formations animées par Sébastien Espenan seront axés sur la sécurité, la défense, l'encadrement et le bien-être.



PRÉSENCE DE NOS



FORMATIONS EN FRANCE





SOMMAIRE

DES FORMATIONS

→ Bols Tibétains

→ Réflexologie plantaire

→ Magnétisme

→ Gémmothérapie

→ Auto-Hypnose

→ Hypnose

→ Praticien en relaxation combinée

FORMATION : BOLS TIBÉTAINS



Contexte et personnes concernées

Toute personne voulant apprendre à réaliser des soins sonores. La formation permet de comprendre le fonctionnement du son et des vibrations

Objectifs

Savoir réaliser un soin sonore
Arriver à se relaxer grâce à ce soin, seul

Pré-requis

Aucun

Contenu

Voici 10 points importants reliés aux bols à connaître :

Leurs origines

L'importance de dépasser l'oreille pour ressentir les sons

L'importance de la réharmonisation

Les sons tibétains ne vous guérissent pas, ils facilitent l'auto guérison

Interaction des différents sons émis par les bols

Le chant des bols et l'effet sur nos champs vibratoires

Témoignages sur les bénéfices de la méditation par les sons tibétains

La puissance réelle des vibrations sonores

Commentaire recommandé de façon thérapeutique les sons tibétains

La composition

Durée

21 heures/3 jours

Validation

Attestation de stage

Nombre de stagiaires

8 personnes par groupe

Matériels

Bols tibétains

Support pédagogique

Livret de formation

Dates et sessions

A définir

FORMATION : RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE



Contexte et personnes concernées

Toute personne voulant apprendre les zones réflexes des pieds.

Objectifs

Savoir reconnaître et activer les points de réflexologie plantaire

Pré-requis

Aucun

Contenu

Un peu d'Histoire

Notions d'équilibre

Bienfaits et contre-indications de la Réflexologie Plantaire

Notions d'anatomie et physiologie

L'art du massage

L'ambiance de massage

Les différentes techniques de massage : les manoeuvres

Protocole Réflexologie Plantaire et massage des jambes en images

Le compte-rendu

Informations sur les huiles végétales et essentielles

Durée

7 heures/1 jour

Validation

Attestation de suivi de formation

Nombre de stagiaires

6 personnes

Matériels

Aucun

Support pédagogique

Aucun

Dates et sessions

A définir

FORMATION : RÉFLEXOLOGIE COMBINÉE



Contexte et personnes concernées

Toute personne voulant apprendre les zones réflexes des pieds dans le but de devenir praticien

Objectifs

Savoir réaliser des protocoles de zones réflexes suivant la demande du client

Pré-requis

Avoir participé à la journée de formation : réflexologie plantaire

Contenu

Introduction

Les différentes réflexologies

Séance

Réflexologie, pour qui ? Et quand ?

Le principe de la réflexologie plantaire - La projection du corps sur les pieds

Le corps humain

Le stress et ses effets

Anamnèse

Techniques approfondies

Durée

150 heures (présentiel et distanciel combinés)

Validation

Certificat de praticien en réflexologie combinée

Nombre de stagiaires

6 personnes

Matériels

Aucun

Support pédagogique

Livret candidat

Dates et sessions

A définir

FORMATION : ÉNERGÉTIQUE / MAGNÉTISME



Contexte et personnes concernées

Toute personne souhaitant découvrir les pratiques du magnétisme

Objectifs

Se sensibiliser avec son propre magnétisme

Pré-requis

Aucun

Contenu

L'histoire du magnétisme

L'utilisation du magnétisme

Les études scientifiques

La sourcellerie et le magnétisme

Le champ terrestre et les phénomènes magnétiques

Les applications modernes du magnétisme

Le pendule

Durée

7 heures/1 jour

Validation

Attestation de suivi de formation

Nombre de stagiaires

10 personnes

Matériels

Aucun

Support pédagogique

Livret candidat

Dates et sessions

A définir

FORMATION : GÉMMOTHÉRAPIE



Contexte et personnes concernées

Toute personne souhaitant s'initier aux effets des bourgeons de plantes

Objectifs

Savoir reconnaître les plantes adaptées aux différents maux du quotidien

Pré-requis

Aucun

Contenu

Les bourgeons de plantes

L'approche complète de la personne

Précautions et notions de non-exercice illégal de la médecine et de la pharmacie

Ecouter, analyser, conseiller, informer, former et suivre

Les indications et les contre-indications

Les plantes unitaires

Les plantes complexes

Durée

7 heures/1 jour

Validation

Attestation de suivi de formation

Nombre de stagiaires

10 personnes

Matériels

Aucun

Support pédagogique

Aucun

Dates et sessions

A définir

FORMATION : AUTO-HYPNOSE



Contexte et personnes concernées

Toute personne souhaitant apprendre et comprendre les bénéfices de l'auto-hypnose

Objectifs

Savoir utiliser l'auto-hypnose dans les moments opportuns

Pré-requis

Aucun

Contenu

Connaissance du lieu de sécurité

Préparation à l'entrée de l'hypnose

Fusibles

Dissociation

Thème de la séance

Réassociation

Feed-Back

Durée

7 heures/1 jour

Validation

Attestation de suivi de formation

Nombre de stagiaires

10 personnes

Matériels

Aucun

Support pédagogique

Livret candidat

Dates et sessions

A définir

FORMATION : HYPNOSE



Contexte et personnes concernées

Toute personne souhaitant devenir hypnothérapeute

Objectifs

Connaître les différents volets et méthodes de l'hypnose pour la pratiquer à but thérapeutique

Pré-requis

Aucun

Contenu

Méditation

Hypnose

Sophrologie

Les ondes cérébrales

Techniques de suggestion

EMC

Rupture de Pattern

Terpnos logos

Protocoles

Durée

50 heures (présentiel et distanciel combinés)

Validation

Certificat de praticien en hypnose

Nombre de stagiaires

8 personnes

Matériels

Aucun

Support pédagogique

Livret candidat

Dates et sessions

A définir

FORMATION :



PRATICIEN EN RELAXATION COMBINÉE

Contexte et personnes concernées

Toute personne souhaitant apprendre les différentes techniques de massage et d'énergétique chinois

Objectifs

Savoir utiliser les méthodes Tuina, zones réflexes, énergétiques pour les pratiquer de façon thérapeutique

Pré-requis

Sens du contact humain, empathie

Contenu

Le massage énergétique issu du Tuina

Les points principaux des zones réflexes

La corrélation entre organes et émotions

Durée

100 heures (présentiel et distanciel combinés)

Validation

Certificat de praticien en relaxation combinée

6 personnes

Nombre de stagiaires

Aucun

Matériels

Livret candidat

Support pédagogique

Dates et sessions

A définir

CONTACT



Le Tao de l'Art Ultime

Adresse :

**38 Rue des Magnolias
31880 La Salvetat Saint Gilles**

Gérant :

Sébastien Espenan

Numéro de téléphone :

06 87 66 24 41

Mail :

taodelartultime@gmail.com