



# Programme de Formation

## Amma du ventre

(Articles L. 6353-3 à L. 6353-7 du Code du travail)

**Ecole de Massages AnMo Fang organisme de formation déclaré  
sous le n° 75640488764, auprès du Préfet de Région Nouvelle-Aquitaine**

### **Jour 1: Apprentissage du Protocole de l'AMMA du Ventre (7 heures)**

#### **Matin (3 heures)**

- Accueil des participants et présentation de la formation.
- Introduction à l'AMMA du ventre : origines, principes et bienfaits.
- Techniques de préparation du praticien et de l'environnement pour l'AMMA du ventre.

#### **Après-midi (4 heures)**

- Démonstration du protocole complet de l'AMMA du ventre par le formateur.
- Pratique en binômes : apprentissage du protocole sous la supervision du formateur.
- Échanges et retours d'expérience.

### **Jour 2: Thérapie Énergétique Chinoise Adaptée au Ventre (7 heures)**

#### **Matin (3 heures)**

- Introduction à la thérapie énergétique chinoise appliquée au ventre : les méridiens spécifiques, les points d'acupression et leurs effets sur la digestion et l'équilibre énergétique.
- Utilisation de marqueurs colorés pour une meilleure compréhension des méridiens et des points d'acupression.



# Programme de Formation

## Amma du ventre

(Articles L. 6353-3 à L. 6353-7 du Code du travail)

**Ecole de Massages AnMo Fang organisme de formation déclaré  
sous le n° 75640488764, auprès du Préfet de Région Nouvelle-Aquitaine**

### **Après-midi (4 heures)**

- Pratique supervisée en binômes : application des techniques de thérapie énergétique chinoise adaptée au ventre.
- Corrections et conseils individualisés par le formateur.

### **Jour 3: Gestion des Émotions liées au ventre (7 heures)**

#### **Matin (3 heures)**

- Introduction à la sophrologie : principes de base et objectifs.
- Exercices de respiration et de relaxation pour réduire le stress et favoriser un état de calme intérieur.

#### **Après-midi (4 heures)**

- Pratique de techniques de sophrologie pour la gestion des émotions liées au ventre (stress, anxiété, tensions).
- Échanges sur les bénéfices de la sophrologie dans la pratique de l'AMMA du ventre.
- Clôture de la formation et remise des certifications aux participants.

### **Jour 4 : Révision et certification (4 heures)**

- Deux mois après la troisième journée de formation.
- Révision du protocole de l'AMMA du ventre.
- Pratique supervisée en binômes.
- Évaluation pratique individuelle.