Totalisation & perspectives des Relaxations Dynamiques 1 à 4

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 26200643F — Mise à jour : 3 mars 2026

Organisme responsable : **SOPHROLOGIE FORMATIONS**

Présentation de la formation

Objectifs

- Approfondir toutes les techniques préalables en préparation des relaxations dynamiques
- Approfondir les techniques de sophrologie relatives aux relaxations dynamiques (RD 1 à 4)
- Entamer une pratique réflexive sur l'appropriation des techniques de relaxation dynamique
- Comprendre les techniques, leur intentionnalité, afin de mieux les transmettre en tant que sophrologue professionnel
- Adapter les techniques de relaxation dynamique au contexte
- Synthétiser les techniques de relaxation dynamique selon une pédagogie pratique et éprouvée

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée
Aucun prérequis

Niveau de sortie
Sans niveau spécifique

Métiers associés

J1102 — Médecine généraliste et spécialisée

K1103 — Développement personnel et bien-être de la personne

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2227008S	À distance	—	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #26200643F