

## **Exemple de déroulement Initiation.**

- 15 mn**      Principes de base massage – Zones sensibles à éviter – Différences H/F  
Préparation de l'huile – Différents types d'Huiles Essentielles.  
Préparation de la pièce - Eclairage – Musique – Mise au calme.
- 1h**            Massage « Liberté » avec explications et décomposition des mouvements.  
Mise en pratique sur nous pour correction.  
Mise en pratique sur vous pour correction.
- 5 mn**        Break - Pause boissons - Debriefing
- 10 mn**      Mise en place des tables en position Kashmir.  
Explication théorique sur le Cachemirien.
- 1h**            Massage entre nous pour exemple (dans les 2 sens).  
Vrai Cachemirien démarré assis face à face.  
Massage Yoni en 1<sup>er</sup>, puis massage Lingam.
- Fin de séance - Boissons – Debriefing.