



# Formation massage tantrique pour professionnels et amateurs

Bienvenue sur la page spécialisée en formation massage tantrique et **cours de Tantra appliqué** avec harmonisation hommes/femmes et **équilibre féminin/masculin** de [Massagetantriquemontpellier.fr](http://Massagetantriquemontpellier.fr). Ce site référent en France sur le tantra et le massage tantrique a été créé par [Nathalie Cardinal](#), présidente nationale de l'[Association de Massage Tantrique](#) et formatrice professionnelle référente en **tantra hommes/femmes** et en **massage intégral tantrique** masculin/féminin.

Elle propose, depuis 2014, sur Montpellier (34) des cours de **Tantra** psycho-corporel appliqué et des stages de **toucher intuitif**, tantrique et bienveillant avec une **harmonisation énergétique** féminin/masculin ainsi obtenue en toute liberté – De plus, cette formation certifiante de spécialisation en massage tantrique contient une initiation spécifique en **sexothérapie** et tantra complet et un approfondissement vers le **massage cachemirien** et le **massage 4 mains** – Enfin, en tant que formatrice spécialisée dans les domaines du tantra et du massage tantrique, Nathalie Cardinal apporte dans chaque stage, une dynamique bienveillante et sécurisée avec un suivi personnalisé de grande qualité. Durant la formation, elle vous propose 4 axes : lenteur, douceur, conscience et toucher qui permet de **découvrir le massage tantrique** comme à lui tout seul un véritable art de vivre. Cette formation unique en son genre est un véritable **voyage vers soi** qui permet d'être à l'écoute de ce que l'on ressent, de ce que l'on vit. C'est une **rencontre avec soi-même et avec l'autre**.

Renseignements spécifiques et conseils personnalisés :

06 28 20 23 70 – [nathaliecardinal.ac@gmail.com](mailto:nathaliecardinal.ac@gmail.com)

D'autres informations complémentaires ci-dessous :

## **Massage tantrique : c'est quoi ?**

Massage doux et lent. Il permet de prendre conscience de sa respiration, de son corps, le bien-être qui est à l'intérieur de soi..

C'est un **toucher sacré**. Il permet de connecter l'**énergie masculine** et **féminine**.

## **Massage tantrique : le but ?**

Il n'y a aucune finalité ! C'est une pure célébration. **Honoré notre temple sacré** (notre corps), honoré le sacré qui est en nous.

## **Massage tantrique : pour qui ?**

Accessible à tous, aucun pré requis, Il n'est pas nécessaire de savoir **masser**.

Juste avoir l'envie d'aller dans son ressenti..Avoir envie de se laisser guider par son cœur et ses mains.

## Formation sur 2 modules :

- Module de base (40 heures) : **initiation + approfondissement**
- Eveil sensoriel du corps et allez à la rencontre du toucher sacré et de la sexualité sacrée
- Module expert (40 heures supplémentaires) : **pour aller beaucoup plus loin**
- Massage à 4 mains et Massage Cachemirien

### Module de base :

Initiation et approfondissement au massage tantrique



- Week-end 1 : du 19 avril au 23 avril 2023

### Module expert :

Massage à 4 mains et massage cachemirien



- Week-end 2 : du 25 mai au 29 mai 2023



Aujourd'hui, dans notre société moderne, qui est souvent stressée et stressante, le tantra et les massages tantriques, sont reconnus comme une locomotive majeure dans le travail sur la confiance en soi, le respect de soi, de l'autre et ce, bien sûr, dans le respect de cette grande tradition tantrique pour laquelle le corps est notre temple sacré. En tant que dignes héritiers de cette sagesse philosophique millénaire, **les massages tantriques** apportent un lien majeur pour chacun d'entre nous tant au niveau corporel, physique que spirituel avec soi et son partenaire.

## Des grands week-end tantriques tout en douceur et lenteur...

C'est pour cela qu'en tant que **masseuse professionnelle** et **formatrice reconnue en tantra**, je vous propose des stages de massage tantrique près de Montpellier (Hérault) dans un lieu exceptionnel facile d'accès par **l'autoroute (A9, A75)** et avec co-voiturages possibles depuis les 2 **Gares SNCF** limitrophes, et **l'aéroport (vols directs depuis Paris, Bordeaux, Lille, Nantes, Strasbourg, Brest, Ajaccio, Bastia, Bruxelles)** – Ce magnifique Mas et Gîte au cœur des Cévennes nous est réservé en totalité. Une vue imprenable sur la montagne sans aucun vis-à-vis. La cuisine de chaque repas est faite sur place avec les produits locaux du terroir et ceux du jardin (démarche éthique et responsable) –

Durant ce séjour d'un week-end, nous explorerons les nuances douces et subtiles du massage tantrique.

## Week-end au massage tantrique

Ces séjours tantra vous permettra de vivre au cœur de vous-même de très belles **séances de méditation active Osho**, ainsi que des moments privilégiés de danses tantriques libres. Toutes ces dynamiques spécifiques apportent ainsi, à chacun d'entre nous, de très belles connections énergétiques et spirituelles.

Nous avons d'ailleurs le plaisir de pouvoir accueillir des participants venant de toute la France (Paris, Lyon, Grenoble, Valence, Nîmes, Avignon, Toulouse, Marseille, Nice, Toulon) et de l'Europe francophone (Belgique, Suisse, Luxembourg).

Ce séminaire est ouvert aux hommes, aux femmes, aux couples

[bulletin d'inscription](#)

## ***Massage tantrique : Massage intuitif en conscience***

Cette formation composée de 2 week-ends s'adresse à celles et ceux, qui souhaitent découvrir et explorer le massage tantrique intuitif, bienveillant, dans une conscience intégrale.

Si vous avez besoin de vous ressourcer, de vous recentrer sur vous-même, de renforcer



votre **énergie vitale**, vous pourrez découvrir cette pratique unique qui est très différente des massages traditionnels. Ce massage tantrique intuitif procure, ainsi, un **état de relaxation** profond et permet de cheminer dans un voyage à la rencontre de soi tout en se réappropriant son corps en **pleine conscience**. Il s'agit d'un massage très lent et très doux avec une **synchronisation de la respiration** entre le masseur et le massé, durant les différentes phases de massage, la personne massée étant donc concentrée sur les différentes sensations ressenties au niveau du corps. Ce massage permet également d'utiliser aussi sa **respiration ventrale** pour amplifier les sensations générées par celui-ci. Les maîtres mots du cadre posé en début de chaque session : Respect de soi et de l'autre, bienveillance, **non jugement**, lenteur, douceur et joie. Pas d'actes sexuels pendant les structures et ni hors structure. Confidentialité des personnes présentes, de ce qui est dit et des structures proposées.

## **Module de Base : initiation**

### **+ approfondissement**

Au cours de ce grand week-end : découverte et exploration du massage tantrique. Besoin de vous ressourcer, de vous recentrer sur soi-même, de renforcer votre énergie vitale ?

Cette pratique est très différente des massages traditionnels. Ce massage procure un état de relaxation profond et permet de se réapproprier son corps en pleine conscience.

[Plus de détails...](#)

## **Module Expert : pour aller beaucoup plus loin**

Durant ce module, expérimentation du massage à 4 mains et découverte du massage cachemirien au sol.

**Ouvert uniquement aux personnes qui ont fait le module de base avec Nathalie Cardinal.**

Laisser parler le corps, vivre à travers les sensations et les émotions.

Une autre expérience autour du massage tantrique

[Plus de détails...](#)

## *Nous explorerons, les principes fondamentaux du massage tantrique :*

- La présence à soi et à l'autre massage tantrique
- L'approche d'un toucher basé sur le non-faire
- La respiration en conscience
- Être au contact de son ressenti
- Avoir une écoute active

Pratiquer le massage en conscience, ressentir les bienfaits de donner et de recevoir.



Animatrice : [Nathalie Cardinal](#)

### Informations pratiques :

- **Lieu** : 40 mn de Montpellier
- **Dates et horaires** :
- Module de base : Mercredi 19 avril 10h au Dimanche 23 avril 2023 16h
- Module expert : Jeudi 25 mai 14h au Lundi 29 mai 2023 16h

### Tarifs par module :

- **Animation**: 600 € par personne
- **Hébergement + pension complète** (dans le domaine 5 jours et 4 nuits)
- Chambre à 3 personnes : 390€ / personne  
Chambre à 2 personnes : 430€ / personne (en priorité pour les couples)
- Une pension complète comprend : Petit déjeuner, déjeuner, dîner et la nuitée. Elle comprend café, thés et infusions à volonté dans la journée. Taxes de séjour incluse.

### • **Pour vous inscrire à cette formation de 2 modules il vous sera demandé :**

- De remplir le bulletin d'inscription
- 1 chèque d'acompte de 100€ par personne, qui sera encaissé à réception. Il sera déduit lors du règlement du module expert . Si vous interrompez la formation en cours de route, ce chèque ne sera pas remboursé
- 1 chèques d'arrhes de 100€, à l'ordre de « Atout Coeur ». Chèque encaissé si vous annulez votre participation 15 jours avant un week-end (sauf cas de force majeure).
- Une adhésion de 10€ à l'association vous sera demandée au moment du règlement sur place, si vous souhaitez adhérer maintenant, vous pouvez en cliquant sur le bouton « Adhésion à ATOUT COEUR »
- L'hébergement et les repas sur place sont obligatoire pour tous, pour garder l'énergie du groupe.