

Conditions de participation & Contre-indications à la pratique – Session de Breathwork

Présentation de la pratique:

La session de breathwork est une pratique de respiration consciente et connectée visant à favoriser la libération émotionnelle, la détente profonde et l'exploration intérieure.

Elle peut entraîner des sensations physiques et émotionnelles intenses (picotements, vertiges, libérations émotionnelles, modification temporaire de l'état de conscience).

Cette pratique ne se substitue en aucun cas à un traitement médical ou psychologique.

Contre-indications

La pratique est déconseillée, sauf avis médical favorable, en cas de :

- Problèmes cardiovasculaires graves (antécédents d'AVC, infarctus récent, insuffisance cardiaque sévère)
- Hypertension artérielle sévère et non contrôlée
- Antécédents de crises d'épilepsie
- Troubles psychiatriques non stabilisés (psychose, bipolarité)
- Chirurgie récente ou blessures graves
- Glaucome ou risque de décollement de rétine
- Asthme sévère non stabilisé
- Ostéoporose sévère ou instable
- Grossesse
- Prise de médicaments affectant la chimie du cerveau (psychotropes, anxiolytiques)
- Consommation de drogues ou d'alcool

⚠ Important :

En cas de doute, consultez votre médecin avant toute inscription. La sécurité et le bien-être des participants sont prioritaires.

Chaque corps réagit différemment au breathwork, c'est pourquoi il est important d'écouter votre corps, vos limites et en cas de doute de consulter votre médecin.

Engagement du participant

En validant son inscription, le participant déclare :

- Avoir pris connaissance des contre-indications
- Ne présenter aucune condition médicale incompatible avec la pratique
- Participer en pleine conscience et sous sa propre responsabilité
- Informer l'organisateur de tout élément de santé pertinent

Responsabilité

Le participant reconnaît que :

- La pratique reste une démarche volontaire
- Il demeure responsable de son état de santé
- L'organisateur ne pourra être tenu responsable en cas de fausse déclaration ou de non-respect des recommandations

Données personnelles

Les informations collectées via le formulaire sont utilisées uniquement dans le cadre de l'organisation des sessions et des communications associées.

Elles ne sont ni vendues ni cédées à des tiers (politique de confidentialité)