

**Formation d'Instructeur Oxygen Advantage  
Dans les Alpes**



Dates : les 8,9,10 Mars 2025

Heure : 9h00 - 18h00 / 9h-16h

Lieu : La Grande Ferme, Saint André d'Embrun, Alpes

Réservation pour l'hébergement sur place : Clémentine +33 6 58 28 72 91

Êtes-vous prêt à élever votre expertise en matière de santé et de remise en forme à un tout autre niveau ?

Sans blague : « Libérez votre potentiel » avec cette formation avancé d'instructeur Advantage Oxygène. Vous serez surpris de constater tous ce qui peut être amélioré !

Rejoignez-nous dans les Alpes pour une formation d'exception dans un cadre magnifique par 2000m d'altitude.

La formation d'instructeur est à la fois immersive et transformatrice.

Pendant 3 jours intensifs et riche en expérience vous maîtriserez des techniques de respiration de pointe conçues pour optimiser les performances physiques, améliorer la clarté mentale et le bien-être général.

## **Qu'est-ce que la Méthode Oxygène Advantage ?**

La méthode Oxygen Advantage est bien plus qu'une méthode, et ce n'est pas un tag line commerciale ! ... C'est est une approche révolutionnaire de la respiration qui intègre avec clarté les avancées moderne de la science en se rapprochant des sagesses des traditions et en dépassant de loin les méthodes traditionnelles de la société.

“Inspire bouche, expire nez”... !? Faux ! Les 3-4 du temps, et pourtant ... !

Développée par Patrick Mc Keown, avec lequel j'ai directement appris et travaillé depuis 5 ans, cette technique se concentre sur l'exploitation du pouvoir de la respiration sur le corps et le mental pour améliorer l'apport d'oxygène et booster le métabolisme.

La respiration est tout... A condition de dormir aussi !

« Qui respire petitement, vit petitement » (Citation extraite d'un texte millénaire attribué à L'empereur Jaune en Chine).

Or nous respirons 10 à 25000 fois par jours !

En optimisant votre schéma respiratoire, il vous sera enfin possible d'améliorer vos performances athlétiques en évitant les blessures, booster votre concentration mentale, gérer votre stress quel que soit son origine et améliorer votre santé en général.

Cette approche associe des principes scientifiques à des exercices pratiques, ce qui le rend accessible et efficace pour tous. Athlètes de haut niveau, comme particuliers.

## **À qui s'adresse ce cours ?**

Ce cours est idéal pour les amoureux de la montagne et les bons vivants désireux d'améliorer leur domaine de compétence et leur santé.

Que vous soyez alpiniste pro, coach, prof de chant (si si !), pilote d'avion, entrepreneur, sportif ou juste curieux de vous redécouvrir, vous êtes au bon endroit !

Enrichissez votre compréhension du vivant et votre boîte à outils avec des techniques de respiration avancées qui vont améliorer vos propres performances, votre récupération et celles de récupération de vos clients/équipes.

Athlètes et entraîneurs : Obtenez un avantage concurrentiel net ! En apprenant comment optimiser la respiration pour améliorer l'endurance, la force et la concentration mentale.

Praticiens de la santé et du bien-être : Intégrez un travail respiratoire de pointe dans votre pratique pour aider vos clients à atteindre une santé optimale et réduire leur stress...

Instructeurs de yoga et de Pilates : Vous serez surpris de voir à quel point on nous noie d'information habituelles erronées (avant, j'avais les mêmes infos que vous ...)

Approfondissez votre compréhension de la respiration et son impact sur le corps pour enrichir vos cours et vos ateliers !

Toute personne passionnée par la santé : Que vous soyez un adepte du bien-être ou que vous cherchiez à améliorer votre propre santé, ce cours offre des informations précieuses et des outils pratiques ludique et transformables à volonté !

### **Pourquoi devenir instructeur Oxygen Advantage ?**

En trois jours vous vous offrez un programme complet, reconnu mondialement ; utilisé par les plus grande institutions (GIGN, SEAL, professionnels olympiques, pompiers, entreprises, Airbus, EDF, etc., ...)

-Cette certification inclue l'accès à vie à des ressources en ligne ainsi qu'une bibliothèque inestimable de données scientifiques et pratique.

-Une communauté active pour continuer à vous exercice et progresser en posant vos questions.

Ahhh, les fameuses « communautés de partage ! ... Eh bien celle-ci est bien utilisée !

-Notre cours couvre tous les aspects, des principes fondamentaux de la respiration aux techniques avancées, ce qui vous permet d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour encadrer les autres de manière efficace.

**Instruction d'expert :** Apprenez directement auprès d'Alban Orin, Master Instructor Oxygen Advantage, qui vous apporte son expérience unique et sa passion pour l'approche intégrative de la santé.

Alban travaille actuellement aux US avec des entreprise de Fitness

Un cadre exclusif : Le cadre de La grande Ferme vous offre un environnement serein et inspirant, parfait pour un apprentissage en profondeur heureux.

**Application pratique :** Grâce à des séances de formation pratique, vous acquerez une expérience concrète en appliquant les techniques de respiration à divers scénarios de santé et de remise en forme.

**Certification :** À l'issue de la formation, vous serez un instructeur avancé certifié d'Oxygen Advantage, prêt à transformer des vies et à stimuler les performances de vos clients.

### **Contenu supplémentaire**

En tant que participant, vous recevrez également des contenus bonus exclusifs : Accès à vie au portail des instructeurs Oxygen Advantage : Restez en contact avec les ressources, les mises à jour et l'assistance en cours.

Cours en direct et préenregistrés avec Patrick Mac Keown : Apprenez directement auprès du créateur d'Oxygen Advantage grâce à des sessions interactives et enregistrées.

### **Points forts du cours :**

Jour 1 : Introduction à Oxygen Advantage et à la science de la respiration

Jour 2 : Techniques respiratoires avancées pour les performances physiques et mentales

Jour 3 : Application pratique et certification de l'instructeur

### **Le nombre de places est limité - Réservez votre place dès aujourd'hui !**

Ne manquez pas cette occasion unique de faire partie du groupe d'élite des instructeurs avancés d'Oxygen Advantage. Les places sont limitées afin de garantir une attention personnalisée et une expérience d'apprentissage de haute qualité.

### **Investissez en vous maintenant :**

Dates : 8,9,10 Mars 2025 Heure : 9h00 - 18h00 / 9h00-16h00

Lieu : La Grande Ferme, Saint André d'Embrun

Transformez votre carrière, améliorez votre bien-être personnel et celle de vos clients.

Inscrivez-vous dès maintenant pour une consultation téléphonique gratuite et donnez un nouveau souffle à votre parcours professionnel !

Inscrivez-vous dès maintenant avec le lien de paiement ci dessous !

Pour plus d'informations, contactez-nous à l'adresse

[Alban.orin@gmail.com](mailto:Alban.orin@gmail.com)

ou au 0667744170. (<https://www.instagram.com/levraialbanorin/>)

[Alban.orin@gmail.com](mailto:Alban.orin@gmail.com)

ou au 0667744170. (<https://www.instagram.com/levraialbanorin/>)





Paiement en une fois 1080€

<https://pay.sumup.com/b2c/QYU1ANGD>



Paiement en 3 fois 360€

<https://pay.sumup.com/b2c/QQXZ9UZL>



