



Formatrice  
Amazon Training  
Énergéticienne

Prendre confiance  
S'estimer positivement  
Poser ses limites  
Oser dire NON

Prendre conscience  
Trouver son équilibre  
Dénouer ses blocages  
Retrouver sa sérénité



[www.confianceetequilibre.com](http://www.confianceetequilibre.com)



06 14 80 25 23



Paris et proche banlieue



Permis B, véhiculée



Prise en charge du matériel



Horaires flexibles

# Raphaële Malderez

## PROFIL

Tombée dans la self-défense pendant mon adolescence, j'ai commencé à me former aux côtés d'Eric Quequet il y a maintenant plus de 10 ans.

### Pourquoi la Self-Défense ?

Pour reprendre confiance, savoir dire « non », oser avancer, j'ai très vite voulu apprendre à mieux me positionner. La self-défense (ou Défense de Rue) m'a permise de mieux connaître mes limites et savoir les poser.

### Quid de l'Amazon Training ?

Passionnée par la confiance en soi et les phénomènes qui en résultent, j'aime

à prouver la force monumentale des femmes ainsi que leur détermination.

### Pourquoi l'Énergétique ?

A peine quelques années plus tard, j'ai découvert les bienfaits de l'énergétique grâce au Reiki.

J'ai poursuivi dans cette voie jusqu'à l'Énergétique Traditionnelle Chinoise afin de mieux comprendre son fonctionnement et pouvoir ainsi soulager corps et esprit.



## FORMATION SELF-DÉFENSE FÉMININE

|      |  |
|------|--|
| 2016 | Formatrice Amazon Training – <i>Eric Quequet</i>                 |
| 2016 | Encadrement de stage de Mises en Situation – <i>Eric Quequet</i> |
| 2009 | Monitrice Savate Bâton Défense – <i>F.F.S.b.f. &amp; D.A.</i>    |
| 2009 | Animatrice Amazon Training – <i>Eric Quequet</i>                 |

## EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES SELF-DÉFENSE FÉMININE

|             |  |
|-------------|--|
| Depuis 2016 | Vidéos Tutos Amazon Training Self-Défense Féminine – <i>Youtube</i>  |
| Depuis 2016 | Stages de Mises en Situation (C.A.T.S.) – <i>Nanterre Université</i> |
| Depuis 2014 | Stages à thèmes Amazon Training – <i>ADAC Paris – en entreprise</i>  |
| Depuis 2009 | Cours hebdomadaires Amazon Training – <i>ADAC Paris</i>              |



## FORMATION BIEN-ÊTRE

|      |  |
|------|--|
| 2016 | Diplôme de Médecine Traditionnelle Chinoise Option Acupuncture – <i>Institut Chuzhen – Paris</i> |
| 2004 | 2e degré de Reiki – <i>Mikao Usui – Malaucène</i>  |
| 2003 | 1er degré de Reiki – <i>Mikao Usui – Malaucène</i>   |

## EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES BIEN-ÊTRE

|             |   |
|-------------|---|
| Depuis 2016 | Séances de Médecine Traditionnelle Chinoise – <i>en cabinet – Paris</i>                             |
| Depuis 2016 | Atelier mixte découverte Amazon Training et Médecine Traditionnelle Chinoise – <i>en entreprise</i> |
| Depuis 2004 | Séances de Reiki à Domicile – <i>Paris</i>  |