



| | VATA  | PITTA  | KAPHA  |
|---------------------------|--|--|---|
| Constitution | Svelte, légère, membres fins, prend difficilement du poids <input type="radio"/> | Stature moyenne, sportive <input type="radio"/> | Stature corpulente et lourde, prend facilement du poids <input type="radio"/> |
| Peau | Sèche, rêche, sombre <input type="radio"/> | Souple, chaude, rose à rouge <input type="radio"/> | Douce, grasse, pâle, blanche <input type="radio"/> |
| Cheveux | Sec, rugueux, fins ou crépus <input type="radio"/> | Blonds, roux, précocement gris ou chauves <input type="radio"/> | Epais, denses, sombres, brillants, gras <input type="radio"/> |
| Yeux | Petit (bruns, noir) <input type="radio"/> | Pénétrants (verts, gris) <input type="radio"/> | Grand (bleu, bruns) <input type="radio"/> |
| Ongles | Etroits, cassants <input type="radio"/> | Ovales, élastiques <input type="radio"/> | Larges, gros <input type="radio"/> |
| Météo (n'aime pas) | Froid, vent <input type="radio"/> | Chaud, lourd <input type="radio"/> | Froid, humide <input type="radio"/> |
| Mental | Clair et éveillé, créatif, agité <input type="radio"/> | Intellect aiguisé, décidé, critique <input type="radio"/> | Calme, réfléchi, patient <input type="radio"/> |
| Sommeil | Léger, interrompu <input type="radio"/> | Court mais profond <input type="radio"/> | Long et profond <input type="radio"/> |
| Mémoire | Oublie facilement <input type="radio"/> | En général bonne mémoire <input type="radio"/> | Très bonne mémoire à long terme <input type="radio"/> |
| Elocution | Parle beaucoup, rapidement, avec aisance <input type="radio"/> | Claire, force de conviction, bon orateur <input type="radio"/> | Voix agréable et profonde, parle peu <input type="radio"/> |
| Réaction en cas de stress | Peur, rapidement nerveux et épuisé <input type="radio"/> | Impulsif, agressif, colérique <input type="radio"/> | Calme, attentif, rarement irrité <input type="radio"/> |
| Mouvements | Rapides, fluides <input type="radio"/> | Exactes, focalisés <input type="radio"/> | Lents <input type="radio"/> |

Suite...

| | | | |
|----------------------|---|--|---|
| Sensation de faim | Régulière à irrégulière, n'a pas faim si distrait <input type="radio"/> | Grande, a besoin de manger régulièrement <input type="radio"/> | Peu facilement sauter un repas <input type="radio"/> |
| Au naturel | Flexible, joueur, artiste <input type="radio"/> | Sportif, a de l'initiative, combatif <input type="radio"/> | Paisible, équilibré, endurant <input type="radio"/> |
| Qualité | Difficulté à se décider <input type="radio"/> | Bon sens de l'observation <input type="radio"/> | Tiens à ses habitudes <input type="radio"/> |
| Comportement | S'enthousiasme, vivant, changeant <input type="radio"/> | Plein d'humour, courageux, dynamique <input type="radio"/> | Les pieds sur terre, systématique <input type="radio"/> |
| Sens | Finesse du touché et acuité auditive <input type="radio"/> | Très bonne acuité visuelle <input type="radio"/> | Goût et odorat développés <input type="radio"/> |
| Energie | Variable, souvent fatigué <input type="radio"/> | Élevée, intense <input type="radio"/> | Stable, endurante <input type="radio"/> |
| Digestion | Sensible, ballonnements <input type="radio"/> | Rapide, brûlures d'estomac <input type="radio"/> | Lente, lourdeur <input type="radio"/> |
| Taille | Grande, mince <input type="radio"/> | Moyenne, bien proportionnée <input type="radio"/> | Petite, trapue <input type="radio"/> |
| Circulation sanguine | Mauvaise, mains et pieds froids <input type="radio"/> | Bonne, mains et pieds chauds <input type="radio"/> | Moyenne, mains et pieds tièdes <input type="radio"/> |
| Transpiration | Faible, peu de transpiration <input type="radio"/> | Forte, transpiration abondante <input type="radio"/> | Modérée, transpiration normale <input type="radio"/> |
| Décisions | Impulsivement, rapidement <input type="radio"/> | Logiquement, avec réflexion <input type="radio"/> | Lentement, après mûre réflexion <input type="radio"/> |
| Concentration | Dispersée, facilement distraite <input type="radio"/> | Forte, focalisée <input type="radio"/> | Moyenne, stable <input type="radio"/> |

| | | | |
|--------------|--|---|--|
| Patience | Impatient, nerveux <input type="radio"/> | Moyennement patient, parfois colérique <input type="radio"/> | Très patient, calme <input type="radio"/> |
| Sociabilité | Très sociable, aime rencontrer de nouvelles personnes <input type="radio"/> | Moyennement sociable, aime les interactions significatives <input type="radio"/> | Peu sociable, préfère les interactions limitées <input type="radio"/> |
| Intuition | Forte, souvent intuitive <input type="radio"/> | Moyenne, parfois intuitive <input type="radio"/> | Faible, rarement intuitive <input type="radio"/> |
| Total | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Ensuite, calculez le nombre obtenu pour chaque réponse et partagez-les avec moi lors de votre séance.