



Massage Shiatsu de Confort

Difficulté : ★★★★★

Type : Futon / Table

Matériel : Aucun

Durée protocole : 60 Minutes

Durée

3 jours

Tarifs

Particulier : 589 €

(Acompte inscription : 189€)

Professionnel : nous consulter

4 stagiaires
maximum
par session

Formations
tous les mois

Modèles
+
Matériels

Mis à disposition

Validation

Attestation de stage

CV Formateur
consultable sur
www.formabelle.fr

« Shi » « atsu » signifie littéralement "pression des doigts".

Le Shiatsu est une pratique corporelle japonaise qui, selon un protocole précis, utilise le trajet des méridiens d'acupuncture chinois pour détendre et dynamiser le corps et l'esprit.

C'est un art ancestral dont le but recherché est de permettre de relâcher, d'évacuer des tensions corporelles, organiques, articulaires ou énergétiques. La libération de ces tensions permet de procurer une détente profonde. Le but est donc de stimuler des points clés du corps dans une optique de rééquilibrage et de soulagement des tensions.

PROGRAMME :

- >Présentation / Historique / Spécificités du massage
- >Les indications et contre-indications.
- >Les différentes manœuvres : la prise de contact, les chemins parallèles, les petits ponts, et les becs de perroquets.
- >Posturologie
- >Apprentissage du déroulement d'une séance.
- >Protocole reçu par le stagiaire
- >Evaluation pratique / Test de connaissances
- >Debriefing : questions/réponses

OBJECTIFS et EFFETS :

- Soulage les tensions et raideurs corporelles.
- Relaxation profonde.
- Apaise profondément le système nerveux.
- Relance tous les flux (circulation du sang, de la lymphe) circulatoires.
- Harmonise et rééquilibre globalement la circulation énergétique.

INSCRIPTION : 04 67 82 91 76