

## Soin Jambes Lourdes

**Difficulté :** ★★☆☆☆

**Type :** Table

**Matériel :** Huile/Gommage/Produits d'enveloppement

**Durée protocole :** 60 Minutes

### Durée

1/2 journée

### Tarifs

Particulier : 89 €

(Acompte inscription : 29€)

Professionnel : nous consulter

**4** stagiaires  
maximum  
par session

**Formations**  
tous les mois

**Modèles**  
+  
**Matériels**

Mis à disposition

### Validation

Attestation de stage

Vidéo démonstration  
+  
CV formateur  
consultable sur  
[www.formabelle.fr](http://www.formabelle.fr)

Le soin jambes lourdes consiste à relancer la circulation sanguine de part une technique de massage drainante.

De cette façon il va améliorer l'évacuation des toxines et estomper la sensation de jambes lourdes.

Ce soin va ainsi soulager des sensations d'inconfort, de jambes lourdes et diminuer l'effet «poteau»...

Les manœuvres et les produits utilisés dans ce soin vont avoir un but drainant.

### PROGRAMME :

- >Présentation / Historique / Spécificités du massage
- >Les indications et contre-indications.
- >Les différentes manœuvres : effleurages, drainages...
- >Posturologie
- >Apprentissage du déroulement d'une séance.
- >Protocole reçu par le stagiaire
- >Evaluation pratique / Test de connaissances
- >Debriefing : questions/réponses

### OBJECTIFS et EFFETS :

- Soulager les sensations d'inconfort, de jambes lourdes.
- Dynamiser la circulation de retour veineux et lymphatique.
- Dégonfler et désengorger les tissus.
- Affiner la silhouette.
- Atténuer les sensations de jambes lourdes.

INSCRIPTION : 04 67 82 91 76