



Posturologie Du Massage

Difficulté : ★★★★★

Durée
1 jour

Tarifs

Particulier : 189 €
(Acompte inscription : 59€)
Professionnel :
Prise en charge à **100%**
Nous consulter

4 stagiaires
maximum
par session

Formations
tous les mois

Matériels
Mis à disposition

Validation

Attestation de formation

CV Formateur
consultable sur
www.formabelle.fr

Professionnels du bien-être, vous embrassez une carrière dans le domaine du massage. Masser est votre quotidien, au service du bien-être des autres pour les libérer de leurs tensions corporelles. A terme, votre corps beaucoup sollicité, va manifester les premiers signes de fatigue et de gêne, voire de douleur. Pour préserver votre corps et votre activité professionnelle, les règles de posturologie et de biomécanique permettent de trouver des compromis entre la puissance des gestes et la pratique du massage sans tensions. Protégez vos muscles et articulations, en effectuant la formation posturologie, incontournable pour un masseur qui souhaite garder son intégrité corporelle et masser efficacement.

PROGRAMME :

- >Présentation.
- >Données anatomiques de base.
- >Principe de base de la posture (posture statique/posture en mouvement).
- >Les troubles musculo-squelettiques (TMC).
- >Outils pour garder son énergie, se renforcer et s'assouplir.

OBJECTIFS et EFFETS :

- >Accompagner ses mouvements.
- >Assurer sa stabilité.
- >Prévention d'éventuelles gênes musculo-squelettiques.

INSCRIPTION : 04 67 82 91 76