

MASSAGE SHIATSU DE CONFORT

«Pratiquer les massages bien-être» RS 5354



DURÉE 3 JOURS

TARIF (particulier) 589€TTC

Acompte inscription 189€

Professionnel : prise en charge à 100%
(nous consulter)

Modèles & Matériels
mis à disposition

6 stagiaires
maximum
par session | Formations
tous les mois

Difficulté



Type

· Sol ·

Matériel

· Futon ·



Durée :
60min

Validation

Attestation de formation

« 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.

Attention ce massage se pratique avec les ongles courts.

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.
- Evaluation pratique / Test de connaissances.
- Débriefing - Questions / Réponses.

OBJECTIFS & 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.

Remise d'une attestation de formation.

Inscription : 04 67 82 91 76

Vidéo démonstration & CV formateur consultables sur
www.formabelle.fr