

MASSAGE TONIQUE SUR MESURE AVEC ACCESSOIRES GUA SHA / GUN

« Pratiquer les massages bien-être » RS 5354



DURÉE 2 JOURS

TARIF (particulier) 389€TTC

Accompagne inscription 139€

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

Modèles & Matériels
mis à disposition

6 stagiaires
maximum
par session | Formations
tous les mois

Exclusivité
FormaBelle

Difficulté



Type

· Table ·

Matériel

· Huile / Gua-Sha
& Gun ·



Durée :
60min

Validation

Attestation de formation

Ces techniques de massage tonique sont élaborées par Céline, **Championne de France de massage 2019**, largement inspirées de ses expériences de préparation aux championnats. Le but est de proposer des protocoles tonifiants, sur mesure, en fonction des besoins du massé, avec inclusion d'accessoires spécifiques qui sollicitent particulièrement les tissus musculaires.

L'accessoire Gua Sha :

Le massage au « Gua Sha » est issu de la médecine chinoise traditionnelle, le « gua sha » est un outil de massage fait de cartilage de poisson, conçu pour une utilisation sur tout le corps.

« Gua » signifie « gratter » en chinois et « sha » désigne « l'éruption cutanée » de couleur rougeâtre apparaissant sur les zones à froter.

Le « Gua Sha » est une technique de massage tonique visant à l'élimination des toxines de la peau, il débloque la circulation énergétique et dénoue les tensions musculaires par une technique de raclage.

L'accessoire Gun :

Le massage gun a été créé aux Etats-Unis par un chiropracteur à la fin des années 2000, dans le but d'effectuer des mouvements sollicitant les muscles profonds.

Grâce à des mouvements de pulsation et de vibration, une pression est pratiquée sur le tissu musculaire, qui est assoupli, chassant les nœuds et tensions corporelles. Idéal pour les massages tonifiants des sportifs.

Prérequis : Avoir suivi une formation en massage du corps à l'huile (californien, suédois, ayurvédique, balinais...).

PROGRAMME

- Présentation / Spécificités du protocole / Adaptation sur mesure aux besoins du massé.
- Présentation des accessoires (Gua sha et Gun massage).
- Indications/Contre-indications/Précautions.
- Apprentissage du protocole complet.
- Adaptation du protocole en fonction des besoins/des zones/du temps de séance.
- Evaluation pratique/test de connaissances.
- Débriefing - Questions / Réponses.

OBJECTIFS & EFFETS

- Dénoue les tensions musculaires.
- Apporte une meilleure récupération.
- Stimule le système immunitaire.
- Active la circulation sanguine et lymphatique.
- Effet relaxant.
- Débloque la circulation énergétique.
- Apporte relaxation du corps et de l'esprit.
- Réduire les adhérences.
- Tonifier et apporter plus de souplesse à la peau.

Remise d'une attestation de formation.

Inscription : 04 67 82 91 76

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

TARIF	GUN DE MASSAGE	119,90 €
		GUA SHA EN PIERRE NATURELLE

Disponible à l'achat sur notre e-shop & boutique

