



MASSAGE HAWAÏEN « LOMI-LOMI »

🕒 **DURÉE** **2 JOURS**

€ **TARIF** (particulier) **389 € TTC**

€ Acompte inscription **139 €**

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

Modèles & Matériel
mis à disposition

6 stagiaires
maximum
par session | Formations
tous les mois

Difficulté



Type

· Table ·

Matériel

· Huile de coco ·



Durée :
60 min

Validation

Attestation de formation

Les Hawaïens ont une vision des choses en termes de circulation d'énergie suivant le concept qu'une idée ou une croyance peut bloquer la circulation énergétique autant que la tension d'un muscle.

Le Lomi-Lomi aide à libérer les blocages en donnant en même temps à l'énergie une nouvelle direction.
Ce rituel sacré et unique de modelage a été transmis à travers des générations par les anciens maîtres guérisseurs hawaïens.

En effet, c'est un massage profond et rythmé, relaxant ou très revitalisant. Les longs mouvements fluides des avant-bras et des mains enveloppent le corps et chassent les toxines pendant que les pressions des coudes libèrent les tensions.

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

PROGRAMME

- Présentation/Historique/Spécificités du massage.
- Les indications et contre-indications.
- Les différentes manœuvres : effleurages, mobilisations, étirements, lissages.
- Posturologie.
- Apprentissage du déroulement d'une séance.
- Évaluation pratique / Test de connaissances.
- Débriefing – Questions-réponses.

EFFETS DU MASSAGE

- Soulager les tensions musculaires.
- Améliorer la circulation sanguine et lymphatique.
- Aider à débarrasser le corps des déchets.
- Contribuer à rétablir l'harmonie physique et mentale.
- Atténuer la fatigue et le stress.
- Stimuler les défenses immunitaires.
- Lutter contre l'angoisse.
- Améliorer le sommeil.

Remise d'une attestation de formation.

Inscription : 04 67 82 91 76

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