



MASSAGE SHIATSU DE CONFORT

🕒 DURÉE **3 JOURS**

€ TARIF (particulier) **589 € TTC**

€ Acompte inscription **189 €**

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

Modèles & Matériel
mis à disposition

6 stagiaires
maximum
par session | Formations
tous les mois

Difficulté



Type

· Sol ·

Matériel

· Futon ·



Durée :
60 min

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 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.
Prérequis : Tout niveau.

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.
- Évaluation pratique / Test de connaissances.
- Débriefing – Questions-réponses.

EFFETS DU MASSAGE

- 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

FUTON SHIATSU

Disponible à l'achat dans notre boutique.
www.boutique.formabelle.fr

À PARTIR DE
189,00 €