



Exclusivité  
FormaBelle

## MASSAGE TONIQUE SUR MESURE GUA SHA CORPS & VISAGE

**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 / Gua sha ·



Durée :  
60 min

Validation

Attestation de formation

Ces techniques de massage tonique ont été élaborées par Céline, **championne du monde 2022**, et sont 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 frotter.

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.

**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 différents Gua sha.
- Indications/Contre-indications/Précautions.
- Apprentissage du protocole complet.
- Adaptation du protocole en fonction des besoins/des zones/du temps de séance.
- Évaluation pratique / test de connaissances.
- Débriefing – Questions-réponses.

## EFFETS DU MASSAGE

- 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.
- Réduit les adhérences.
- Tonifie et apporte 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](http://www.formabelle.fr)

### GUA SHA CORPS & VISAGE

Disponible à l'achat dans notre boutique.  
[www.boutique.formabelle.fr](http://www.boutique.formabelle.fr)

À PARTIR DE  
**11,90 €**

36