



INITIATION AU TOUCHER

**DURÉE****1 JOUR****TARIF** (particulier)**249 € TTC**

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 ·

Validation

Attestation de formation

Avant d'être un geste technique, le massage, c'est du toucher. « Masser » est une approche du corps par le toucher. C'est du « contact ». Le toucher, c'est notre perception et notre appropriation du monde au quotidien.

Ce module initiation permet donc de découvrir le massage dans sa globalité, tant sur les différents courants que sur les différentes techniques afin de choisir par la suite une spécialité (famille de massages) qui conviendra à votre ressenti.

Prérequis : tout niveau d'études.

PROGRAMME

- Les indications et contre-indications.
- Les différentes manœuvres : Toutes les manœuvres de base du massage ainsi que la posturologie.
- Apprentissage du déroulement d'une séance.
- Historique du massage.
- Mises en situation pratique.
- Débriefing – Questions / Réponses.

EFFETS DU MASSAGE

Le massage est un art du toucher. C'est intervenir sur le corps humain au moyen d'approches manuelles, dans un but de bien-être.

C'est un ensemble de techniques qui, malgré leurs différences philosophiques et d'application, partagent un certain nombre de principes et de méthodes, ayant pour objectif de favoriser :

- La détente musculaire et nerveuse.
- La circulation sanguine, lymphatique et énergétique.
- L'assimilation et la digestion des aliments.
- L'élimination des toxines.
- Le fonctionnement des organes vitaux et l'éveil d'une conscience.
- Psycho-corporelle.

Remise d'une attestation de formation.

Inscription : 04 67 82 91 76

CV formateur consultable sur www.formabelle.fr

