



Formation Individualisée en Massage de Bien-Être

Objectifs pédagogiques

- Développer l'écoute du corps du massé et l'écoute du corps du praticien
- Développer la créativité et l'intuition du masseur
- Les bases de l'anatomie structurelle et fonctionnelle pour un travail plus en conscience
- Comment ajuster son toucher et le type de massage aux besoins et à la demande du massé tout au long d'une séance
- Comment relâcher le système nerveux
- Comment relancer l'énergie dans le corps
- Comment relâcher les tensions musculaires
- Comment favoriser la mise en mouvement des fluides et des toxines dans le corps
- L'hygiène de vie et les postures du praticien
- Savoir préparer et adapter ses bases cosmétiques pour les séances
- Comment prolonger les bienfaits du massage après une séance
- Les différents courants qui ont inspiré cette formation : Californien, Ayurvédique, Suédois, Shiatsu, Tuina, Amma allongé, Réflexologie abdominale et plantaire.