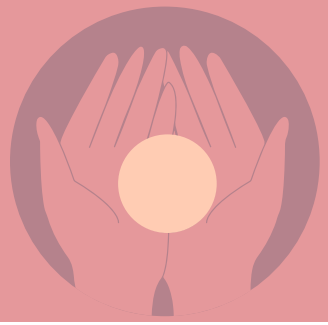
Apprendre le massage Suédois

À l'aube du bien-être - Fiche technique



Pré-requis

Aptitude physique à pratiquer et recevoir le massage bien-être.

Maitrise de la langue Française.

Objectifs

Maîtriser les techniques du massage Suédois (effleurages, pétrissages, friction, percussion, vibration)

Pouvoir proposer un enchaînement d'une heure

Acquérir des connaissances théoriques sur les différents systèmes circulatoires, les différentes formes de muscles, la circulation lymphatique et comprendre ce qui se passe dans le corps durant le massage.

Infos utiles

Lieu :
Rouen

Horaires :
10h-18h

Durée :
21h presentielle
(+ 20h pratique hors stage)

Tarif :
450€ TTC

Nombres de participants :
limités à 8 pers.

Intervenant :
Angélique Poulingue

Le programme

JOUR 1

- Préparation physique du masseur
- Apprentissage et pratique du protocole face postérieure : prise de contact/ dos jambes/pieds

JOUR 2

- Préparation physique du masseur
- Révision protocole face postérieure
- Apprentissage et pratique du protocole face antérieure : pieds/jambes/ventre/ bras/buste/ décolleté

JOUR 3

- Préparation physique du masseur
- Révision du protocole dans son ensemble

Merci de me contacter au 06.59.31.41.39 pour tout reseignement supplémentaire et pour vérifier la disponibilité de la formation.