

INITIATION AUX MESSAGES

Journées d'initiation aux massages
(1 huile de massage 200 ml OFFERT pour toute participation !)
Inscription obligatoire au 04 76 22 80 43
<https://catalogue.formaquietude-rhonealpes.fr/formation/178>



40,00 € Net de taxe



3 heures



Présentiel



Attestation de présence

Objectifs

Découverte des différents massages

Public concerné et prérequis

Tout public

Moyens pédagogiques et matériels

Démonstration de différentes techniques de massages
Table de massage

Type d'Intervenant

Praticienne certifiée en massage Bien-Être

Effectif maximal

12 stagiaires

Délais d'accès

1 session tous les 2 à 3 mois

Matériel à prévoir

2 grandes serviettes éponge
1 petite serviette éponge
1 grande polaire ou plaid
1 maillot de bain (2 pièces pour les femmes)
1 peignoir

Afin de vous sécuriser, merci de prévoir également le matériel suivant :

- ✓ Masques
- ✓ Désinfectant pour les mains
- ✓ Bloc-notes + stylo
- ✓ Bouteille d'eau marquée à votre nom
- ✓ 1 paquet de mouchoirs

Programme

Les différents massages traditionnels (Aux pierres chaudes, Ayurvédique Abhyanga, Balinais, Californien, Japonais Facial Liftant et Régénèrent, Lomi Lomi, Oriental, Thai à l'Huile)

Les techniques particulières de chaque massage

Pratiques des différentes manœuvres

Mise en place d'un protocole massage simple et efficace