Massage endométriose et dysménorrhée

Ce massage spécifique va permettre de soulager les tensions et douleurs lombaires, ligamentaires, pelviennes intestinales, sciatique/hanche ... liées à l'endométriose et douleurs de règles.

il agit notamment par des techniques de massage profond(deep tissue), de lissage et de libération myofasciale.

Formateur·rice(s) :

Objectifs visés

- Determiner les bienfaits et contre-indications du massage
- Formuler le questionnaire d'avant séance
- Intégrer et mettre en pratique les techniques de massage
- Mettre en oeuvre une séance complète

Méthodes d'évaluation

- Quiz
- Cas pratique
- Jeu de rôle / Simulation

Déroulé pédagogique

Journée 1

- Endométriose et douleurs de règles : définition, symptomes, zones de douleurs, retentissement corporels et émotionnels.
- Anatomie du bassin féminin et cartographie des tensions musculaires, myofasciales liées à l'endométriose et douleurs de règles.
- Adapter le massage selon le cycle menstruel et les besoins spécifiques de la cliente
- Intégrer les manoeuvres et protocole de massage technique deep tissue et lissage dos, lombaire, sacrum et muscles fessiers)

Journée 2

- Intégrer les manoeuvres et protocole de massage deep tissue et lissage (bassin, zone abdominale, ligaments, diaphragme)
- Mise en pratique d'une séance complète en duo

Informations complémentaires

Durée : 14 heures de formation sur 2 jours

Pré-requis :

- Être déja praticien-ne en massage

Public concerné : Praticien-nes en massage bien-être, accompagnant-es corporels spécialisées dans l'accompagnement des femmes.

Tarif 510,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)

Doniforma — Société par actions simplifiée (SAS)
Tél : 06 07 26 77 04 – Mail : contact@tousformateurs.fr
290 Avenue Robespierre — 83130 La Garde France
SIRET : 91175609600028 — Numéro de TVA : FR26911756096
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93830678983 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État