Massage Deep mémoires cellulaires - fessiers/jambes

Le massage "Deep mémoires cellulaires - fessiers/jambes" utilise une pression ferme et des mouvements lents pour atteindre des couches profondes de muscle et de fascia (le tissu conjonctif entourant les muscles).Les manoeuvres utilisées seront des lissages profond, des pressions glissées lentes et statiques, du pétrissage lent, des étirements passifs accompagnés .visant à améliorer l'amplitude et la souplesse musculaire.

Ce massage permet d'apporter détente et légereté au niveau des jambes, mobiliser les tissus adipeux, harmoniser la silhouette, soulager les tensions, améliorer la posture et libérer les tissus des mémoires émotionnelles limitantes.

Formateur·rice(s) :

Objectifs visés

- Determiner les bienfaits et contre-indications du massage
- 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

- Bienfaits et contre-indications
- protocole de massage et techniques fessiers. manoeuvres de lissage profond - pressions glissées
- Apprentissage du protocole et techniques massage jambes postérieures : manoeuvres de lissage profond - pressions glissées - pressions statiques - pétrissage profond lent - étirements passifs accompagnés
- Apprentissage du protocole et technique massage jambes antérieures : manoeuvres de lissage profond - pressions glissées - pressions statiques - pétrissage profond lent - étirements passifs accompagnés
- mise en pratique du massage complet

Informations complémentaires

Durée : 7 heures de formation sur 1 jour

Pré-requis :

- Avoir suivi le module A : Massage deep mémoires cellulaires dos/pectoraux

Public concerné : Praticien-ne en massage bien-être, esthéticienne, kinésithérapeute, réflexologue, ostéopathe, énergéticien-ne, psychothérapeute à l'aise avec le toucher etc...

Tarif 270,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)