Acupression bien-être

Cette formation d'une journée permet d'acquérir un protocole complet de bien-être complémentaire au massage de relaxation, ainsi qu'une compréhension claire et accessible aux principes essentiels de la médecine énergétique chinoisel'a et l'acupression.

Vous découvrirez les grands principes de la médecine énergétique chinoise (yin/yang, Cinq Éléments, méridiens), les liens entre énergie, émotions et fonctions corporelles et apprendrez un protocole de soin complet d'apaisement du corps et de l'esprit bénéfique pour toutes vos clientes. Ce soin de bien-être pourra s'intégrer dans un massage ou modelage relaxant

Formateur·rice(s) :

- Christine Martineau

Objectifs visés

- Connaitre les bienfaits et contre-indications de l'acupression
- Intégrer les bases de la MTC
- Comprendre les liens entre méridiens, émotions et relaxation
- maitrisier la localisation des points d'acupression bien-être
- Mise en pratique d'une séance complète de bien-être

Méthodes d'évaluation

- Quiz
- Cas pratique
- Jeu de rôle / Simulation

Déroulé pédagogique

Journée 1

- L'acupression - origine, définition, actions Les Bienfaits et contre-indications
- Notions fondamentales : Qi, Yin/Yang, Cinq éléments - Introduction aux méridiens - Liens entre énergie, émotions et bien-être
- Notions fondamentales : Qi, Yin/Yang, Cinq éléments - Introduction aux méridiens - Liens entre énergie, émotions et relaxation

- Les 4 merveilleux vaisseaux - localisation des points - apprentissage du protocole - l'intégrer dans un massage relaxant
- Mise en pratique d'une séance complète d'acupression bien-être

Informations complémentaires

Durée : 7 heures de formation sur 1 jour

Pré-requis :

Public concerné : praticien-ne en massage bien-être, esthéticienne, accompagnante périnatale, auxiliaire de puériculture, doulas, sage-femmes, shiatsuki, énergéticien-ne, toutes personnes professionnel du bien-être

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