

Formation Massage Drainage Lymphatique méthode Brésilienne INDIVIDUEL

Le Massage Drainage Lymphatique méthode brésilienne est un massage esthétique composé de manoeuvres dynamiques effectuées manuellement avec les mains, les paumes et les doigts sur l'ensemble du corps.

Les manoeuvres sont rapides et précises, suivant la circulation de la lymphe afin d'en activer sa circulation. Le système lymphatique est différent du système sanguin. En effet, le réseau lymphatique est activé grâce aux contractions musculaires. De ce fait, les manoeuvres et les pompages qui composent le protocole vont permettre une réactivation de la circulation lymphatique, dont le but est d'éliminer les toxines accumulées dans le corps et d'agir sur la rétention d'eau.

La circulation sanguine et le système digestifs bénéficieront eux aussi des actions du drainage lymphatique.

Bienfaits du drainage lymphatique :

- réactive la circulation sanguine et lymphatique
- soulage les jambes lourdes
- agit sur la rétention d'eau
- affine la taille
- agit sur la sensation de ballonnements
- augmente la sensation de bien-être et de légèreté.

Manoeuvres:

lissages - frictions - pompages - mobilisations articulaires - enrobages

Objectif :

Apprendre un protocole de drainage lymphatique complet et de savoir mener une séance d'une heure, en maîtrisant les gestes et postures et en s'adaptant aux besoins de sa clientèle.

Travail sur modèle

A l'issue, vous recevrez une attestation de formation et un livret pédagogique reprenant les manoeuvres.

2 Jours - 15 h de formation

Lieu : SAINT CHAMAS (13250)

Formateur-riche(s) :

Objectifs visés

- Maîtriser les indications et contres indications
- Adapter la pression, la fluidité, la posture à la morphologie du massé
- Écouter et entendre les besoins du client
- Accueillir et installer le client
- Savoir communiquer et vendre le massage
- Maîtriser le protocole technique et les connaissances théoriques du drainage lymphatique méthode brésilienne

Méthode d'évaluation

- Cas pratique

Déroulé pédagogique

Journée 1

- Introduction : présentation du massage, hygiène et installation.
- Présentation et pratique de la 1ère partie du massage (Jambes face antérieure)
- Présentation et pratique de la 2ème partie du massage (ventre))
- PAUSE REPAS
- Présentation et pratique de la 3ème partie du massage (Bras)
- Présentation et pratique de la 3ème partie du massage (jambes face postérieure)
- révisions des manoeuvres vues dans la journée
- Evaluation finale et remise du certificat de formation

Informations complémentaires

Durée : 8 heures de formation sur 1 jour

Pré-requis :

- "Pas de pré requis nécessaire

Public concerné : Ouvert à tous