



DRAINAGE LYMPHATIQUE

MODELAGE DU DRAINAGE LYMPHATIQUE

Ce modelage agira directement sur la circulation lymphatique et veineuse mais également sur le système adipocytaire (peau d'orange), favorisant le drainage de la stase lymphatique ainsi que des cellules adipeuses, effet minceur.

Les mouvements très précis suivent les contractions de la musculature des vaisseaux. Cette approche du toucher à pour effet de stimuler l'ensemble du système lymphatique et par la même de véhiculer nos toxines et de régénérer notre organisme.

Les applications sont nombreuses, parmi elles, on trouve l'application esthétique et de prévention de la santé : troubles circulatoires, les rétentions d'eau et de cellulite, même sur les cellulites anciennes.

De nettes améliorations sont enregistrées sur le stress (par son action sur le système parasympathique), la constipation, les pertes d'énergie générales...

Si la lymphe ne circule pas bien, il peut en effet se former des engorgements qui se manifesteront sous forme d'oedèmes aux bras ou aux jambes et facilitant la rétention de la cellulite.

LES AVANTAGES DU MASSAGE DRAINANT

C'est un massage complet car il est réalisé de la tête aux pieds. En plus de bénéficier des avantages du drainage lymphatique, le receveur bénéficie d'un bon moment de détente.

Il est bénéfique sur le plan physique, émotionnel, mental, spirituel. C'est un meilleur allié contre les douleurs musculaires, certaines douleurs chroniques...

Au niveau des tissus musculaires, le massage contribue à une bonne irrigation.

Il contribue aussi à un meilleur équilibre nerveux à partir de la stimulation des terminaisons nerveuses par des effleurages doux et relaxants.

DUREE : 2 JOURS

Contact : 06 93 46 77 40



Formateur·rice(s) :

- ELODIE GERBEAUX

Objectifs visés

- connaître les contre-indications
- connaître les gestes d'hygiène
- connaître le protocole à 90%
- connaître les différents ganglions et circuits lymphatiques

Méthode d'évaluation

- Cas pratique

Déroulé pédagogique

Journée 1

- Présentation des stagiaires et de la méthode de drainage à l'oral
- Démonstration du massage sur les jambes de devant et pratique
- Pratique des jambes + démonstration du massage du ventre
- Déjeuner
- Révision des mouvements vue le matin puis démonstration du massage des bras
- Pratique du massage des bras entre stagiaires
- Démonstration massage sur visage puis pratique entre les stagiaires
- Révision de tout ce qui a été vue depuis le début et mise en pratique

Journée 2

- Révision orale de tout ce qui a été vue la veille et démonstration du massage sur jambes partie postérieure
- Pratique entre les stagiaires du massage des jambes
- Démonstration massage du dos et pratique entre les stagiaires



- Déjeuner
- Révision à l'orale du protocole entier
- Mise en situation et pratique du protocole entier entre stagiaires

Informations complémentaires

Durée : 14 heures de formation sur 2 jours

Pré-requis :

Public concerné : tout public

Tarif 600,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)