

**Initiation aux Massages**  
**SPA-CENTER – LE HAVRE**  
**Découverte et Sensations**

**Une Journée pour Découvrir**

**Une Journée pour Apprendre**

**Une Journée pour Ressentir**

Cette journée basée sur la pratique vous permettra de découvrir les bienfaits du massage et comment le dispenser autour de vous.

Découverte et Sensation est le module qui permet d'assimiler l'ensemble des bases nécessaires pour pratiquer le massage.

Au cours de ce stage, vous découvrirez tant les manoeuvres de bases pour tous les types de massage (ceux d'origine asiatique tels que le Shiatsu, le Thaï, la Relaxation Coréenne... ou ceux d'origine occidentale comme le massage Suédois, Californien), que les règles à respecter pour donner un bon massage (positionnement, respiration,..).

De plus à la fin de cette formation, vous serez capable de mener un protocole de bout en bout.

**Programme pédagogique**

- Apprentissage et révision les manoeuvres essentielles de la main : pressions, pétrissages, glissés, étirements; frictions, vibrations et percussions.
- Perception de la relation praticien/ client : l'écoute et le respect des respirations, placement autour de la table, les nuances de pression, les nuances de vitesse, les nuances de rythme.
- Savoir mener un protocole de bout en bout

Durée et dates : module\* de 1 jour (7h)

Havre : Samedi 7 Novembre 2009  
Samedi 12 Mars 2010

Coût : 189€ par personne

\* ouvert pour 4 personnes minimum et 12 personnes maximum