

# Les stages d'initiation [ 2011-2012 ]

Ces stages d'initiation, d'une durée de 2 à 4 jours, vous apportent suffisamment d'outils pour pouvoir pratiquer au quotidien en famille ou entre amis. Ils vous permettent de prendre contact avec nos différentes techniques, notre façon de faire et notre pédagogie.



## ■ MASSAGE ESSENTIEL

2 + 2 JOURS

## INFOS PRATIQUES

Ce stage vous permet de vous initier au Massage Essentiel, massage à l'huile, synthèse des techniques californienne (fluidité, globalité) et suédoise (approche sectorielle).

C'est un massage complet du corps, à la portée de tous, praticable entre amis, en famille, ou en complément d'une activité professionnelle (esthétique, danse, sport, etc.).

### ■ Module Initiation [ 2 jours ]

Ces deux journées débutent par des exercices de mise en confiance et par un travail autour du rythme. Vous vous initiez ensuite à la technique de *transfert du poids du corps* qui vous permet de masser sans fatigue et avec une grande fluidité. Puis vous découvrirez le massage des différentes parties du corps, les manœuvres reliant et unifiantes et la construction d'un massage complet.

### ■ Module Perfectionnement\* [ 2 jours ]

Deux journées de perfectionnement pour les personnes qui désirent approfondir leurs acquis. Les gestes de base sont revus, corrigés et complétés par des manœuvres plus élaborées, plus adaptées, libérant totalement votre créativité.

\* Le module de perfectionnement est réservé aux personnes ayant réalisé le module d'initiation.



<sup>1</sup> Voir pages 36 et 37 du catalogue  
**Les stages « Multirythmes  
Multiplaisirs » à Marrakech  
et près de Montpellier.**

### ■ DURÉE

2 jours (initiation)  
ou 2 x 2 jours (initiation  
+ perfectionnement)

### ■ TARIFS (2 jours)

> Tarif *Privilège* : 280 euros  
Sans prise en charge / DIF / CIF  
> Tarif *Référence* : 390 euros  
Dans le cadre d'une formation  
professionnelle

### ■ DATES ET LIEUX

#### > Initiation :

Paris (11ME59) 12-13 nov. 11

Marrakech (voir Stages loisirs\*)  
(11MEMA) 4-11 déc. 11

Nantes (11ME66) 17-18 déc. 11

Lyon (12ME03) 14-15 janv. 12

Pointe-à-Pitre  
(12FM105) 24-26 mars 12

Dijon (12ME21) 24-25 mars 12

Nantes (12ME27) 21-22 avril 12

Paris (12ME30) 28-29 avril 12

Lyon (12ME33) 5-6 mai 12

Montpellier (voir Stages loisirs\*)  
(12MULT) 16-20 juillet 12

#### > Perfectionnement :

Nantes (12MP15) 10-11 mars 12

Lyon (12MP36) 12-13 mai 12

Paris (12MP50) 16-17 juin 12

### ■ INFORMATIONS ET INSCRIPTION

**INSTITUT DE FORMATION  
JOËL SAVATOFSKI**  
1, rue du Docteur Barbier  
F-21000 DIJON  
Tél. 03 80 74 27 57  
Fax 03 80 72 20 97  
Mail :  
nadege.thevenot@ifjs.fr