



Les masters [2011-2012]

Ouverts aux praticiens, les masters ont été créés pour répondre au besoin d'enrichir sa pratique autour d'une thématique spécifique. Approfondissement des techniques, confrontations d'expériences, ateliers de recherche pratique : ces journées sont résolument construites autour de mises en situation, chacun ayant la possibilité de partager ses connaissances et de s'enrichir de l'expérience des autres.



■ MASSAGE SECTORIEL

INFOS PRATIQUES

Gérer les petits maux courants

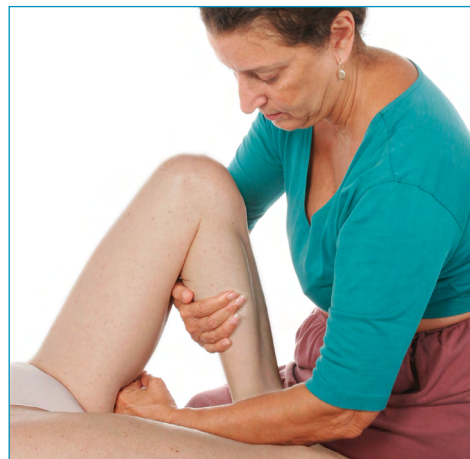
■ Objectifs

> Savoir sentir, voir du bout des doigts les tensions musculaires. Ainsi détectées, vous apprenez à les atténuer, voire à les éliminer par des manoeuvres spécifiques. Chaque partie du corps fait l'objet d'une attention particulière, vous permettant de personnaliser vos massages en fonction de chaque individu.

> Répondre aux petits maux courants : contractures et douleurs musculaires, et autres petits tracas : cellulite, jambes lourdes.

■ Contenu

- Gestion du travail en profondeur.
- Bien se positionner, adapter une bonne hauteur de table.
- Massage des différentes parties du dos : trapèzes, muscles para-vertébraux, lombaires et fessiers.
- Les différentes façons de travailler la nuque.
- Jambes, chevilles et pieds : intérêt du massage en profondeur, cadre et limites.
- Bras et épaules, membres inférieurs et bassin : apport de la Relaxinésie, du Stretch-massage ; travail autour des articulations ; travail sur table.



- Ventre, intérêt et applications.
- Palper-rouler, les techniques.
- Massage drainant et défatiguant des jambes.
- Intérêts et limites du massage anti-cellulite.

■ Les formateurs

Stéphane QUÉRY, notre ambassadeur du massage sectoriel, partage avec vous son expertise dans ce domaine, et vous permet, entre rigueur et sagesse, de compléter et peaufiner votre savoir-faire.

Il sera accompagné par Izabella PALETSKA, massothérapeute, expérience dans le domaine du soin thérapeutique et du sport.

■ FORMATEUR

Stéphane QUÉRY
et Izabella PALETSKA

■ PRÉ-REQUIS

Certificat de Praticien IFJS

■ DURÉE

3 jours (21 heures)

■ DATES ET LIEUX

Dijon (12SE2A) 4-6 avril 12

■ TARIFS

> Tarif *Privilège* : 420 euros
Sans prise en charge / DIF / CIF

> Tarif *Référence* : 585 euros
Dans le cadre d'une formation professionnelle



■ 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