

# Massage Essentiel®

## 2 jours / week-end

EXCLUSIVITÉ IFJS

Le Massage Essentiel, fleuron de notre école, est un massage complet du corps à l'huile, synthèse des techniques californienne (rythme, fluidité, globalité, manœuvres enveloppantes) et suédoise (travail sur les différentes parties du corps).

Massage complet du corps aux huiles essentielles, il apporte une relaxation profonde, favorise la circulation énergétique, réactive le métabolisme, donne une sensation d'unification et aide à mieux vivre son corps. C'est une expérience où l'on retrouve le plaisir de donner et celui de recevoir.

## Objectifs pédagogiques

- Dans un cadre personnel, cette formation permet de pratiquer des séances de massage à l'huile en famille ou entre amis, dès le lendemain du stage.
- Pour des professionnels, cette formation permet une pratique du Massage Essentiel en complément de leurs activités professionnelles.

## Contenu

- La technique de transfert du poids du corps, pour masser sans fatigue et avec une grande fluidité ;
- Le massage (type suédois) sur les différentes parties du corps ;
- Les manœuvres reliautes et unifiantes (type californien) qui apportent fluidité et rythme dans l'enchaînement des gestes ;
- La construction type d'un Massage Essentiel ;
- Le « moulage » final du corps dans la serviette, pour clore en douceur et en beauté la séance de massage.

A l'issue de la formation, le stagiaire reçoit une **Attestation de formation en Massage Essentiel®**.



Le livre de référence *Le massage douceur* (Éd. Dangles) est remis aux stagiaires qui suivent les formations de base et de perfectionnement.

OFFRE -20%

Remise de -20% sur la session de perfectionnement pour l'achat groupé des 2 sessions (base + perf).

Pour aller plus loin

Stage «Massage sur le côté» : [présentation page 33](#)



## Tarifs 2020 nets

- Individuel : **290 €**
- «Jeunes» : **240 €**
- Formation continue : **510 €**

## Calendrier

### Paris

23-24 novembre 2019 | 19ME80  
 18-19 avril 2020 | 20ME29  
 20-21 juin 2020 (PERF) | 20MP54  
 21-22 novembre 2020 | 20ME75

### Dijon

19-20 octobre 2019 | 19ME63  
 16-17 novembre 2019 (PERF) | 19ME74  
 21-22 mars 2020 | 20ME17  
 17-18 octobre 2020 | 20ME66  
 28-29 novembre 2020 (PERF) | 20MP80

### Lyon

16-17 mai 2020 | 20ME43  
 12-13 décembre 2020 | 20ME87

### Lille

20-21 juin 2020 | 20ME53

### Bordeaux

4-5 avril 2020 | 20ME21

### Nice

18-19 avril 2020 | 20ME30