

Massage habillé sur table

Formation d'initiation & thématique

2 JOURS

Proche de certaines techniques asiatiques (Balinaise, Japonaise, Coréenne) mais beaucoup plus douce et adaptée à notre culture occidentale, cette technique est à la fois relaxante et dynamisante. Elle se caractérise également par sa facilité d'adaptation, car elle peut se pratiquer partout, en toute occasion et sans effort : sur une table de massage, un tapis de gym, sur le lit ou le canapé, en gardant ses vêtements ou en tant recouvert d'un tissu.

Pré-requis

Cette formation est **accessible tout public**, sans pré-requis.

Objectifs

À l'issue de la formation les stagiaires seront capable de :

- **Maîtriser la technique de massage habillé sur table**
- **Maîtriser les différents timings proposés, ainsi que les variantes possibles**
- **Proposer une séance adaptée aux besoins de la personne**

À la suite de cette formation d'initiation, une formation de perfectionnement, en week-end également (2 jours – 14h), vous est proposée pour approfondir et compléter votre technique.

Contenu

Au cours de cette formation, vous pratiquez :

- les mouvements d'ondulation,
- les mobilisations passives,
- les pressions,
- les pétrissages,
- les malaxages rythmés et profonds,
- les stretches,
- l'harmonisation finale (balayage, moulage).

Puis vous réalisez des séances de différents timings, en fonction des besoins de la personne et du temps dont vous disposez, depuis une séance courte de 12 à 15 minutes à une séance complète de 45 minutes. Cette dernière se réalise sur l'ensemble de la personne allongée sur le dos, puis sur le ventre, avec une variante possible sur le côté.

Validation

À l'issue de la formation, le stagiaire se voit délivré une **Attestation de fin de formation « Massage habillé sur table »**

Pour une pratique professionnelle des massages de bien-être, merci de consulter la **formation complète de Praticien en massage bien-être**.

Pour le masseur, la pratique sur les habits ou drap de coton permet une bonne adhérence des mouvements, tout en apportant au massé un confort, un ressenti immédiat et profond. Cette technique apporte également les effets étonnants d'un relâchement général, elle améliore la souplesse, redonne du tonus, soulage les tensions et procure une sensation de bien-être immédiat.

Pédagogie

Un **support pédagogique** vient enrichir les connaissances théoriques abordées en formation.

Izabella Paletska, praticienne en massage bien-être®, formatrice IFJS et créatrice de cette méthode, anime ce stage.

Tarifs 2019

Tarif individuel normal : 330 €

Tarif applicable hors prise en charge, ou dans le cadre d'un financement type CIF.

Tarif Jeunes : 260 €

Tarif applicable pour les stagiaires de 17 à 25 ans.

Tarif Formation continue : 510 €

Tarif applicable dans le cadre de la formation continue des salariés, d'un plan de formation.

Tarif «inscription en ligne» : 290 €

Tarif applicable hors prise en charge pour toute inscription en ligne.

Nos prix sont exonérés de TVA en vertu de l'article 293B du Code Général des Impôts. Les frais d'hébergement et de restauration sont en sus.

Lieux et dates

Formation organisée sur **2 jours, soit 14h de formation (en week-end)**

PARIS St-Denis

19MH28	4 et 5 mai 2019
	8 et 9 février 2019

DIJON

19MH21	27 et 28 avril 2019
19MH83	7 et 8 décembre 2019



Institut de formation Joël Savatofski

ÉCOLE EUROPÉENNE DU TOUCHER-MASSAGE®

1, rue du Docteur André Barbier 21000 DIJON

Tél. 03 80 74 27 57 / Fax 03 80 72 20 97 / contact@ifjs.fr / www.ifjs.fr

Siret 491 448 130 00014 - Organisme de formation déclaré sous le n° 26 21 01553 21 à la Préfecture de Bourgogne.

Prendre contact avec les responsables de formation :

Nadège Thevenot / Dolorès Brottin

Tél. 03 80 74 27 57

Du lundi au jeudi
de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Email : contact@ifjs.fr