

Massage du sportif

Formation d'initiation & thématique

2 JOURS

Le massage du sportif est une technique pragmatique, elle peut se pratiquer aussi bien au sol que sur table, quels que soient les conditions et le temps dont on dispose.

C'est aussi une technique de massage à la fois souple et très précise qui, même si elle est composée d'une série de manœuvres de base, se doit d'être très personnalisée pour répondre aux attentes précises des sportifs.

Pré-requis

Formation sans pré-requis, **accessible à tout public**.

Objectifs

À l'issue de la formation, le stagiaire est capable de :

- Connaître et savoir pratiquer les différentes techniques du massage sportif,
- connaître et savoir pratiquer les manœuvres essentielles applicables avant et après l'effort : massages de préparation, massages de récupération,
- connaître l'intérêt et les limites de ces manœuvres afin de pouvoir les adapter aux diverses pratiques sportives et aux besoins spécifiques de chaque sportif,
- connaître les différents types de blessures du sportif.

Contenu

Au cours de cette formation, vous pratiquez :

- Les différentes techniques du massage sportif
- Le massage de préparation avant l'effort
- Le massage de récupération après l'effort
- Des techniques spécifiques, en rapport avec les différentes pratiques sportives, en fonction des expériences des stagiaires.
- L'essentiel à connaître à propos des blessures du sportif
- Intérêts des huiles essentielles en massage de récupération après l'effort.

Validation

À l'issue de la formation, le stagiaire se voit délivrer une **Attestation de fin de formation « Massage du sportif »**

Pédagogie

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

Stéphane Quéry anime le stage : Formateur IFJS, réflexologue et praticien de massage bien-être, spécialiste du massage du sportif, partage avec vous son expertise dans ce domaine. Il est l'auteur du livre « Le massage du sportif » paru en 2015 aux éditions Omniscryptum (disponible à la consultation et à la vente durant le stage).

Tarifs 2019

Tarif individuel normal : 495 €

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

Tarif jeunes : 390 €

Tarif applicable pour les stagiaires de 17 à 25 ans.

Tarif Formation continue : 765 €

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

Tarif «inscription en ligne» : 435 €

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 **3 jours, soit 21h de formation**

PARIS 19^{ème}

19MS33	17 au 19 mai 2019
19MS68	26 au 28 octobre 2019

DIJON

19MS01	18 au 20 janvier 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