



:: Le massage THAÏLANDAIS ::

STAGE S12

Cette technique de massage, tonique, dynamise et relance l'ensemble des énergies de l'être humain en agissant activement le long des méridiens d'acupuncture.

Public concerné

Tout public à partir de 18 ans.
Toute personne souhaitant acquérir des techniques de soins holistiques et de bien être Thérapeutes et praticiens souhaitant élargir leur champs de compétences des pratiques de soins corporels.

Méthode

Apports théoriques . Exercices pratiques et gestes techniques encadrés. Supports pédagogiques illustrés. Travail en binômes. Retours d'expériences. Un livret et une attestation de stage sont remis à chaque participant.

Pré-requis

ouvert à tous

Durée : 14 heures / 2 jours

Horaires : 9-12H / 14-18H

TARIF : 220 € TTC

Objectifs

Ce stage vous propose de développer votre capacité à dynamiser le corps et dissoudre les blocages énergétiques, soulager les douleurs et tonifier en relançant les énergies globales du corps. Le massage Thaïlandais consiste en une série de pressions de la paume ou des doigts le long des méridiens d'acupuncture sur tout le corps. Accompagnée de stretching, étirements suivant les axes énergétiques, cette technique de massage apporte bien-être et relaxation en dénouant les tensions musculaires. De son vrai nom NUAD BO LANN, ce massage est enseigné à BANGKOK et à l'hôpital CHIANG MAI (Thaïlande) et tire ses sources de la bio-énergétique chinoise.

Contenu

• L'accueil et la présentation du massage

Apprendre comment accueillir la personne à masser.
Apprendre à expliquer les bienfaits du massage Thaïlandais et comment accompagner la personne dans le respect et la bienveillance pour qu'elle puisse apprécier pleinement les bienfaits du massage. Comprendre et indiquer ses particularités bien spécifiques : pressions, flexions et tractions... la confiance, la détente et le lâcher-prise sont importants pour permettre aux tractions et étirements de jouer pleinement leur rôle.

• Les gestes techniques appliqués

Le formateur débute un massage type en expliquant pas à pas la technique et les mouvements. Les participants travaillent ensuite en binôme sous la supervision attentive du formateur. Tour à tour chacun peut ainsi pratiquer les gestes en étant corrigé et aussi recevoir le massage Thaïlandais traditionnel, afin de bien comprendre le ressenti du point de vue du donneur et du receveur.

• Les méridiens et les principes d'actions

Apprendre à repérer méthodiquement les trajets des méridiens en vous aidant d'un support pédagogique.

• La préparation et l'entretien du masseur

Comprendre l'importance de connaître et assouplir son corps et d'entretenir son énergie physique et énergétique, ainsi que l'importance d'un bon ancrage et centrage. Importance de relier l'esprit, le cœur et les mains pour donner au massage une dimension holistique.

• Accessoires et outils

Découvrir et savoir choisir les outils complémentaires de soins pour une pratique de qualité : Table, draps, huiles et aromathérapie... Importance de l'ambiance du lieu : air, température, ambiance colorée (il sera présenté et expérimenté des solutions de Chromothérapie).

Formateur

Dominique BOURDIN: Docteur en médecine, fondateur du centre de bien-être La Chrysalide, thérapeute holistique, acupuncteur, chromothérapeute, massothérapeute

La Chrysalide Centre de Bien-Être