



Formation massage Californien :



Objectif :

- Être capable de réaliser un protocole global de massage Californien de bien-être d'une durée de 1h à 1h15.
- Acquérir le savoir faire et le savoir être nécessaire à un vrai massage de bien-être.

Description massage californien :

Le massage californien a été créé dans les années 70 en plein courant new-age aux Etats-Unis et est le plus répandu des massages. Il prend ses sources dans les méthodes asiatiques et indiennes. Il délaisse les aspects énergétiques et curatifs de ces méthodes pour se concentrer sur le confort et le bien-être.

Il est sensuel et très agréable à recevoir du fait des mouvements amples et enveloppant, fluides et rythmés qui le composent. La totalité du corps est massée. En combinaison avec les huiles essentielles, il est relaxant, il apporte une bonne détente à la fois physique et mentale et permet aussi le lâcher-prise : c'est un pur moment de détente et de plaisir...

Programme :

- Préparation de la salle et installation de la personne qui va recevoir le massage. Posture physique et mentale du praticien, respiration.
- Séquences : nuque, épaules, bras, mains, ventre, jambes face antérieure puis postérieure, pieds, dos.
- Évaluation individuelle (sur le formateur) pour l'obtention du certificat.



Centre BAO YANG - Laurent DUPLAN
Relaxation & Bien-être - Formations
Médecine Traditionnelle Chinoise
N° Siret : 49991739100017 - Code APE : 8690F

Lieu dit Le Large
01330 VILLARS LES DOMBES
laurent.duplan@baoyang.fr www.baoyang.fr
06 19 83 84 92

Méthodes pédagogiques :

- Nombre réduit de stagiaires (maximum 6, dans l'idéal de 2 à 4 stagiaires).
- Chaque séquence du protocole est réalisée par le formateur sur chaque stagiaire. Puis les stagiaires travaillent en binôme sous la conduite constante du formateur. Ainsi chaque stagiaire bénéficie du ressenti juste et est plus apte à reproduire les techniques sur autrui.
- L'accent est porté sur deux aspects majeurs :
 - La posture physique du masseur car un bon massage ne fait pas intervenir que ses mains mais tout son corps et car il est important de préserver son dos
 - La posture mentale du masseur car un bon massage ne s'adresse pas qu'au corps physique de la personne massée mais à sa globalité et demande de la justesse et de la rigueur dans l'intention, le respect, la pudeur, etc.

Durée/horaires :

3 journées (en week-end ou en semaine).
De 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00

Tarif :

330 € par personne pour la totalité du stage (support de cours détaillé avec photos compris).

Un acompte de 110€ est demandé pour toute inscription (le solde est réglé le premier jour de la formation).

Dates/Lieux :

Nous consulter pour les dates 2015/2016.

2 lieux de formations :

- Lyon 3ième
- Saint André de Corcy (dans l'Ain à 25min de Lyon)