Madérothérapie - Massage - Liège

Soins - Bien-être

Continue

Durée

12h

Tranche d'âge

18 à 25 ans

25 ans et +

Finalité

Attestation

Pratique en entreprise / Alternance

Non

Métier en pénurie / Fonction critique

Non

La madérothérapie découle d'un art ancestral de thérapie par le bois. Cette approche holistique de bien-être tire profit des propriétés curatives et apaisantes du bois p
la détente, la régénération et l'équilibre de l'esprit et du corps.

Cette technique de massage utilise des objets en bois pour modeler la silhouette. Elle a pour effet de réduire la cellulite en cassant les amas graisseux et en lissant la pe
autres effets, on peut également noter la détente musculaire ainsi que l'amélioration de la circulation sanguine et lymphatique.

Au cours de cette formation, vous découvrirez les propriétés thérapeutiques des bois utilisés en madérothérapie, comment les choisir en fonction des besoins spécifiq
chaque individu, et comment les appliquer de manière efficace pour favoriser la relaxation musculaire, stimuler la circulation sanguine, et éliminer les tensions corpore
apprendrez également les protocoles de massage et les mouvements spécifiques qui maximisent les bienfaits de cette approche.

Conditions d'accès

Avoir déjà une pratique du massage

Programme

Connaitre les éléments théoriques qui sous-tendent la madérothérapie

Les contrindications

Maitrise des techniques de massage sur le ventre, taille, fesses et jambes : pétrissage, torsion profonde, balayage ou encore le palper-rouler

Maitrise des techniques d'utilisation des différents accessoires en bois

Les exercices de massage se pratiquent en binôme. Vous serez amené de façon alternée à masser et à recevoir le massage.

Un kit de base de cinq outils est inclus dans le tarif.

Important: pour pratiquer la madérothérapie, il est nécessaire d'être en bonne forme physique et ne pas avoir de problèmes cardiaques.

Liège - Château Massart (FC)

Rue du Château Massart, 70 4000 Liège

04 229 84 60

Accueil :

Du lundi au vendredi : de 8h30 à 12h30 et de 13h15 à 20h

/

formation.continue@centreifapme.be

Type d' inscription

Par e-mail

Bon à savoir

Consultez l'ensemble du catalogue de formations continues du Centre IFAPME Liège-Huy-Verviers sur le site www.formation-continue.be *(http://www.formation-conti*

Pour tout renseignement, contactez le 04/229.84.60 ou via formation.continue@centreifapme.be