Bamboo Therapy

Soins - Bien-être

Continue

Durée

18h

Tranche d'âge

18 à 25 ans

25 ans et +

Finalité

Attestation

Pratique en entreprise / Alternance

Non

Métier en pénurie / Fonction critique

Non

La bamboo therapy ou bambouthérapie, est une forme de thérapie alternative très en vogue, branche Tuina du massage chinois, qui utilise des bâtons de bambou pour massages et des manipulations corporelles.

Les avantages potentiels du massage aux bambous incluent la réduction des tensions musculaires, l'amélioration de la circulation sanguine, la relaxation profonde et la des nœuds musculaires. Il peut être particulièrement efficace pour soulager les douleurs musculaires et articulaires. Les différentes tailles de bâtons permettent au thé cibler des zones spécifiques du corps.

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Expliquer les différents aspects du massage bambous, les différentes techniques utilisées avec leurs effets sur le corps.
- Choisir les différentes types et tailles de bambous pour faire un choix judicieux suivant les parties du corps à travailler et la corpulence de la personne, préparer matériel.
- Connaitre les avantages et contre-indications de la bambou thérapie et utiliser les bambous pour réaliser un massage efficace en toute sécurité.

Maitriser les différents mouvements avec fluidité et efficacité : glisser, glisser-rouler, rouler, pétrir, ramer, vibrer, jouer du violon, tapoter, effleurer, presser et r

rotations.

Réaliser une séance de base et des massages de plus en plus spécifiques, ciblés et spécialisés.

Conditions d'accès

Les professionnels du bien-être, de la santé et de l'esthétique ayant reçu les bases d'anatomie et de massage.

Programme

Programme:

Préparation du massage : les conditions au massage, présentation du matériel à utiliser

Techniques simples du massage bambou : exercices en binôme

Pour cet apprentissage nous utiliserons :

Un syllabus

Une démonstration de matériel

Des démonstrations d'utilisation du matériel

Des petits films

Des power points

Des résumés explicatifs

Test sur soi-même

Travail en binôme

Observation et correction des massages réalisés en binôme

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 sitewww.formation-continue.be *(http://www.formation-conti*

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