



Massage Californien

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

Le massage californien est également connu sous le nom de « toucher du cœur ». Il combine des techniques de massage douces et fluides, et des gestes plus fermes. Il s'agit d'un massage global du corps, destiné à relaxer le patient et à le recentrer sur lui-même. Il repose sur une relation d'écoute et de compréhension entre le masseur et le massé.

Le massage californien est principalement connu pour ses propriétés relaxantes, et ses bénéfices physiques et psychologiques.

Il est particulièrement recommandé en cas de stress ou de surmenage.

Ce massage permet également de détendre les muscles, d'assouplir le corps, et d'améliorer la circulation sanguine et lymphatique. Il peut être indiqué aux personnes souffrant de troubles de l'anxiété, de la dépression, de la psychothérapie, ou ayant subi un traumatisme.

Idéal pour toute personne en burnout, anxieuse ou en dépression.



Conditions d'accès

Avoir suivi la formation massage relaxant ou avoir une bonne base en massage.

Aptitudes

Les massothérapeutes, esthéticiennes ou toute personne désireuse d'apprendre une nouvelle technique de massage.





Mons

Avenue du Tir, 79a 7000 Mons

065 35 60 00

Secrétariat :

Du lundi au vendredi : de 8h à 17h

065 84 28 60

mbc@ifapme.be

