

Massage aux pochons

Soins - Bien-être

Continue

Durée

12 heures

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 aux pochons, également connu sous le nom de massage thaï aux pochons d'herbes est une technique de massage traditionnelle qui trouve ses racines dans la médecine traditionnelle thaïlandaise.

Les pochons en tissu naturel contenant un mélange de plantes aromatiques voire d'épices sont chauffés à la vapeur, permettant ainsi d'en libérer les essences qui imbibent le tissu.

Lors du massage, les mains et les pochons sont utilisés en alternance ! Il aura comme effets : une relaxation profonde, un soulagement des contractures, une action détoxifiante !

Contenu

Origine, bienfaits des différentes plantes aromatiques et épices des pochons, les contre-indications

Les manœuvres de base avec les mains,

Les manœuvres de base avec les pochons,

Comment personnaliser l'effet des pochons,

La réalisation des pochons,

Exercices réalisés en binôme, chaque personne sera amenée successivement à donner et recevoir le massage

Conditions d'accès

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

Programme

Le massage aux pochons, également connu sous le nom de massage thaï aux pochons d'herbes est une technique de massage traditionnelle qui trouve ses racines dans la médecine traditionnelle thaïlandaise.

Les pochons en tissu naturel contenant un mélange de plantes aromatiques voire d'épices sont chauffés à la vapeur, permettant ainsi d'en libérer les essences qui imbibent le tissu.

Lors du massage, les mains et les pochons sont utilisés en alternance ! Il aura comme effets : une relaxation profonde, un soulagement des contractures, une action détoxifiante !

Contenu

Origine, bienfaits des différentes plantes aromatiques et épices des pochons, les contre-indications

Les manœuvres de base avec les mains,

Les manœuvres de base avec les pochons,

Comment personnaliser l'effet des pochons,

La réalisation des pochons,

Exercices réalisés en binôme, chaque personne sera amenée successivement à donner et recevoir le massage





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

Au Centre/lieu de formation

Bon à savoir

Consultez l'ensemble du catalogue de formations continues du Centre IFAPME Liège-Huy-Verviers sur le site web www.formation-continue.be
(<https://www.formation-continue.be/>)

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

Le prix inclut les pochons nécessaires aux soins pendant la formation.

Matériel à prévoir:

2 grands essuies (1,50m x 1 m)

2 petits essuies (1m x 50 cm)

1 vieux bikini

Attention que les pochons risquent de laisser des tâches par leur composition !