



Massage Balinais

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 particularité du massage balinais est d'associer la relaxation, la douceur et la tonicité.

Traditionnellement, le massage balinais débute avec une prière, mais cette étape n'est pas systématique.

Le massage balinais se déroule généralement en deux parties.

Pendant la première partie du massage, le thérapeute a recours à des mouvements de pétrissage, de percussions, de pressions, de lissage et de frictions sur l'ensemble du corps allongé, particulièrement sur les méridiens.

Il utilise ses pouces, ses mains et ses avant-bras pour réaliser le massage.

La seconde partie du massage balinais est une phase de réveil.

Elle consiste à pratiquer des exercices d'étirements doux en étant assis et sans avoir besoin de fournir un effort physique important.

Généralement, le massage balinais est pratiqué à l'aide d'un baume ou d'une huile parfumés au jasmin, à l'ylang-ylang, au frangipanier ou à la vanille.

Conditions d'accès

Une base de massage est indispensable



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