



*La technique du massage assis est issue du Shiatsu, originaire de la Chine et du Japon. Il a l'originalité de se pratiquer sur les vêtements à l'aide d'une chaise ergonomique.*

Simple, rapide et efficace, il apporte en moins de 20 minutes **une détente profonde et un regain d'énergie** qui est très apprécié dans le monde professionnel.

Cette formation sur 5 jours très complète s'adresse :

✂ À tous ceux qui souhaitent proposer des interventions en entreprise visant à lutter contre la fatigue et l'excès de stress.

✂ À tous les thérapeutes voulant enrichir leur pratique.



## OBJECTIFS

**MAÎTRISER** la technique du massage assis.

**CONNAÎTRE** les modalités d'intervention en entreprise.

**ACQUÉRIR** les connaissances élémentaires sur la physiologie du stress et l'énergétique chinoise.

## Programme

### STAGE MA1 - 3 JOURS

- Théorie fondamentale sur le massage assis
- Les chaises ergonomiques
- La préparation du praticien
- Travail sur les postures du praticien
- Le dos (théorie et pratique)
- Théorie fondamentale en énergétique chinoise
- Pratique du massage assis

### STAGE MA2 - 2 JOURS

- Les auto-massages en qi gong
- Physiologie du stress
- Pratique approfondie du massage assis
- Les modalités d'intervention en entreprise
- Evaluations de fin de formation

### PRÉ-REQUIS

Brevet des collèges ou équivalent

### PUBLIC

Voir page 16

Comment s'inscrire p 147

### FORMATRICES

Corine Aleman, Lise Ledroit, Valérie Rousseau

### DATES - 3 sessions

#### Session octobre 2018

MA1 : 12-14 octobre 2018

MA2 : 17-18 novembre 2018

#### Session mars 2019

MA1 : 2-4 mars 2019

MA2 : 27-28 avril 2019

#### Session octobre 2019

MA1 : 11-13 octobre 2019

MA2 : 16-17 novembre 2019

### TARIFS

Tarif référentiel :  
970 euros

Tarif préférentiel :  
775 euros

A l'issue de cette formation, pour obtenir le **CERTIFICAT DE PRATICIEN EN MASSAGE ASSIS**, vous devez réussir l'évaluation de fin de formation et nous présenter votre Livre d'or (p27), celui-ci devra comporter 70 pratiques.