Massage amincissant

Les techniques de massage favorisent la dynamique des flux d'énergies : la lymphe, le sang veineux et artériel, les liquides interstitiels, les influx nerveux…

Le massage amincissant revitalise le corps et améliore la santé, il est aussi bienfaisant pour l'esprit. Les sens s'éveillent, de nouvelles sensations apparaissent, le corps appréciant les forces bienveillantes qui améliorent les flux d'énergie et le libèrent de ses tensions physiques et émotionnelles accumulées.

Ces techniques sont particulièrement efficaces pour faire circuler les liquides du corps, lever les stases, dynamiser le système lymphatique et ainsi lutter contre les jambes lourdes, la cellulite. La peau est l'organe sur lequel le massage a ses effets les plus prononcés. La peau est travaillée, assouplie, désépaissie, les lignes de la silhouette s'affinent.

Associé à des conseils d'hygiène de vie, elles sont un complément idéal pour les cures de détox. Ces techniques manuelles permettent de lutter activement contre la baisse de vitalité, la fatigue et le stress. Ce massage, restructure le corps, l'allège, le redessine et l'embellit.

Objectifs

- ACQUÉRIR des techniques professionnelles spécifiques aux liquides du corps.
- SAVOIR RECONNAÎTRE les types de peau et adapter son massage selon les morphotypes.
- PARFAIRE sa pratique et son toucher pour influencer correctement la peau, les carrefours vasculaires et les zones réflexes propres aux systèmes circulatoires.
- MAÎTRISER un protocole et répondre aux zones cibles.
- AMÉLIORER son attitude, sa posture et sa respiration.

Programme

Capsules e-learning au cours de la formation (p13)

JOUR 1

- **Rappels fondamentaux : anatomie, physiologie, énergétique**
- **Parcours corporels et gestuels : solfège du massage amincissant (pressions, glissés, pompages, modelage, palper/rouler, vibrations)**
- **Les carrefours vasculaires**

JOUR 2

- **Réflexologie en lien direct avec les systèmes circulatoires : abord des voies réflexes des pieds, des mains, du visage, du ventre et du dos**
- **Lever de tensions et traitement des zones cibles**

JOUR 3

- **L'organisation du protocole : mise en place des enchainements et du timing**
- **La personnalisation du massage selon le morphotype et l'état circulatoire**
- **Evaluation de fin de formation**

Classe virtuelle en fin de parcours (p14)

PRÉ-REQUIS
Brevet des collèges ou équivalent.

PUBLIC
Voir p16

FORMATEUR
Gil Amsallem

DATES - 2 SESSIONS
3-5 octobre 2025
2-4 octobre 2026

TARIFS
Préférentiel :
505 euros
Référentiel :
630 euros

Une ATTESTATION DE FORMATION vous sera délivrée sur présentation d'un livret comportant 14 pratiques.

49 stagiaires formés en 5 ans