## Massage assis

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.

**TARIFS** 

Préférentiel:

Référentiel:

1 065 euros

850 euros

#### PRÉ-REQUIS

Brevet des collèges ou équivalent.

#### **PUBLIC**

Voir p16

#### **FORMATEURS**

Lise Ledroit Frédéric Viaux Valérie Verplancke

#### DATES - 3 SESSIONS Session septembre 2025

MA1 : 26-28 septembre 2025 MA2 : 8-9 novembre 2025

Session mars 2026

MA1 :13-15 mars 2026 MA2 : 2-3 mai 2026

#### Session septembre 2026

MA1 : 25-27 septembre 2026 MA2 : 7-8 novembre 2026

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

### 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
- Les clés d'une installation professionnelle réussie
- Evaluation de fin de formation

Classe virtuelle en fin de parcours (p14)

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 livret celui-ci devra comporter 50 pratiques.

