

Modelage Sensitif Esthétique (Gestalt massage)

Public concerné

Professionnels des métiers de l'esthétique, de la beauté et du bien-être en général.
Tout public.

Nombre de stagiaires

12 stagiaires

Durée

2 jours

Objectif pédagogique

Savoir conseiller et pratiquer une séance de modelage sensitif esthétique à l'issue de la formation.

Moyens pédagogiques

Protocole de la méthodologie sur support de cours pour chaque stagiaire.
Démonstration, explications. Pratique en binôme pour ressenti et mémorisation. Evaluation.

Descriptif :

Modelage extrêmement relaxant par une approche progressive de la personne par le toucher. Les mouvements sont doux, profonds, structurés et unifiants. Ils augmentent l'état fondamental de bien-être à travers la détente physique et psychique. Ils permettent de relâcher tensions et stress, approfondissent la respiration et améliorent la circulation sanguine pour atteindre l'harmonie du corps et de l'esprit.

Théorie

- Les origines du massage, son objectif
- Importance de la présence, de la qualité du toucher
- Explication des manœuvres et leurs effets
- Indications, contre-indications, respect de la personne
- Démonstration et explication des gestes techniques

Pratique

- Les différentes étapes de l'enchaînement
- Les différentes manœuvres du modelage
- Mise en pratique sur chaque partie du corps
- Chaque stagiaire donne et reçoit un modelage complet.