

Modelage Californien



Durée de la formation : 3 jours - Samedi 11/ 18 et 25 septembre 2010

Le modelage Californien est une technique de relaxation appelée gestalt. C'est un modelage global, holistique qui favorise l'éveil des sens et la prise de conscience du corps. C'est l'un des modelages les plus demandés dans les SPA et les centres de bien être. Il se pratique avec un mélange d'huiles végétales et d'huiles essentielles pour créer une ambiance olfactive propice à la relaxation.

LOMI-LOMI



Durée de la formation : 4 jours – Samedi 2/ 9/ 16/ 23 Octobre 2010

Le modelage Lomi Lomi ("massage" en hawaïen) est un modelage complet du corps et du visage inspiré de la tradition chamanique polynésienne ancienne. C'est le modelage des 4 éléments :

- air : effleurages
- terre : travail en profondeur
- eau : mouvements lents et intenses
- feu : grands mouvements qui unifient les différentes parties du corps

Relaxant, harmonisant et stimulant à la fois, certains ont décrit la sensation alors ressentie comme de douces vagues qui se déplacent sur le corps. Le modelage se pratique sur une table de massage avec des huiles et se fait avec les mains et les avant-bras, dans un fluide mouvement rythmique.

*Pour cette formation les housses pour les tables de massage seront fournies.

Modelage Minceur



Durée de la formation : 3 jours - Samedi 30 Octobre 6 et 13 Novembre 2010

Essentiellement basé sur la technique du palpé-roulé qui vise à dissocier deux enveloppes de notre organisme, souvent intimement accolées : l'hypoderme (couche la plus profonde de notre peau, constituée essentiellement de cellules graisseuses) et le fascia (membrane fine et translucide qui enveloppe chacun de nos organes), le modelage minceur est une compétence indispensable.

Modelage aux Pierres Chaudes



Durée de la formation : 3 jours - Samedi 20 et 27 Novembre / Samedi 4 Décembre 2010

Baptisé aussi « stone therapy » ou « thermothérapie », ce soin nous vient des Indiens d'Amérique qui se frottaient avec des pierres chaudes pour en acquérir l'énergie. Ce modelage est prodigué avec de l'huile et des pierres chaudes d'origine volcanique (basalte), chauffées dans un bain d'eau dont la température reste constante.

Ce modelage parfait en toutes circonstances procure une réelle sensation de bien être grâce aux pierres chauffées qui agissent comme de véritables outils de détente musculaire.

Pour cette formation :

Les appareils aux pierres chaudes seront fournis

Prévoir :

- des « langes pour bébé » pour déposer les pierres
- 5 serviettes moyennes
- Une bassine (1 L)

Modelage Hayurvédique



Durée de la Formation : 4 jours - Samedi 8 / 15/ 22/ 29 Janvier 2011

Ce modelage est spécifiquement recommandé dans le cadre du système thérapeutique ayurvédique pour une amélioration globale du bien-être.

L'Hayurvédique est la voie la plus directe pour harmoniser l'énergie vitale du corps, car il met en œuvre diverses techniques manuelles mais aussi les propriétés des différentes huiles, plantes ou arômes utilisés pendant toute la durée du massage.

L'Hayurvédique (littéralement, massage à l'huile de tout le corps) fait partie intégrante de la médecine hayurvédique.

L'une des caractéristiques principale de ce modelage est l'accent mis sur le concept d'énergie (prana) et de son nécessaire flux dans le corps, les ruptures entraînant invariablement déséquilibre et maladies.

AMMA ASSIS



Durée de la formation : 3 jours - Samedi 5/ 12/ 19 Février 2011

La séance de amma assis dure 15 minutes et se décompose en séquences hautement chorégraphiées appelées «kata», qui permet d'obtenir le maximum d'efficacité de chaque geste en réduisant l'effort fourni.

Ce style particulier de « massage » travaille les épaules, le dos, la nuque, les hanches, les bras, les mains et la tête, à travers les habits.

Il peut être appliqué en tout temps, en tout lieu et à toute personne, indépendamment de sa taille, de son âge ou de son sexe.

Il se pratique sur une chaise spécialement conçue pour ce genre de massage ou toute autre forme de chaise. Il est particulièrement recommandé pour activer la circulation d'énergie.

Se faire masser avec cette technique résolument moderne, redonne tonus, vitalité et procure une agréable détente.

Pour cette formation les chaises de massage assis seront fournies. Ni huile, ni linge.