



**FORMATION / CONSEIL  
THALATHERM**

## **Massage CHINOIS ou TUI NA**

### Origines

Le terme « Tui Na » vient du chinois exprimant le caractère à la fois vigoureux et pratique de cette méthode.

Ce massage soulage les muscles, les articulations et agit profondément sur le mode de circulation de l'énergie vitale.

### Objectifs

- Libérer les tensions et améliorer les capacités d'adaptation au stress
- Renforcer la vitalité, stimuler le système immunitaire, améliorer les performances physiques et optimiser la récupération après l'effort

### Contenu

- Approche de l'Energétique traditionnelle chinoise
- Connaissance des méridiens
- Apprentissage des différentes techniques spécifiques de ce massage (étirements - mobilisations - vibrations)
- Structuration et enchainement



**F.C.T. - Villa Coulet - Av. des Thermes - 04800 GREOUX LES BAINS**

SARL au Capital de 30 000 € - Siret : 420 610 792 00012 - APE 804 C - Déclaration d'Existence : 93040042304 – RCS Digne  
Tel. 04.92.77.66.36 - Fax. 04.92.77.69.28 - [www.formation-thalatherm.com](http://www.formation-thalatherm.com) - E-mail : [infos@formation-thalatherm.com](mailto:infos@formation-thalatherm.com)