



**FORMATION / CONSEIL
THALATHERM**

MASSAGE CORÉEN

Origines

Pratique orientale basée sur la propagation à travers tout le corps, d'ondes vibratoires transmises par de petits mouvements rythmés et souples de la main.

Objectifs

- ▶ Débloquer en douceur toutes les articulations pour y déloger les tensions et y faire circuler des énergies revitalisantes
- se pratique au sol sur l'ensemble du corps
- apprentissage d'un enchaînement de mobilisations simples, douces et d'étirements
- détend en profondeur, apaise le mental et procure un relâchement de la musculature

Contenu

- Définition - Historique
- Les bienfaits - Indications et Contre-indications
- Les manœuvres de base
- Déroutement d'une séance



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 - E-mail : infos@formation-thalatherm.com