



FORMATION / CONSEIL
THALATHERM

NUAD BO LANN OU Massage Traditionnel Thaïlandais

Origines

Connu depuis des siècles, en Asie, le massage Thaï traditionnel est une thérapie subtile et rigoureuse qui met en jeu la stimulation de points d'énergie, le système des *sen* (méridiens de la tradition médicale thaïlandaise), les mobilisations articulaires, les stimulations circulatoires et exercices de stretching.

Objectifs

- ♦ Obtenir rapidement une relaxation profonde, un soulagement des différents symptômes et une revitalisation générale intense
- se pratique au sol sur l'ensemble du corps
- procure un relâchement général à l'aide de mobilisation douce, pressions musculaires et étirements
- travaille sur les énergies du corps par l'intermédiaire des SEN et des points d'acupressure

Contenu

- Définition - Origines et principes
- Apprentissage des techniques de base
- Manœuvres sur les différentes parties du corps
- Enchaînement 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