



**FORMATION / CONSEIL
THALATHERM**

LE SENSITIVE MASSAGE

Origines

Créé au Etats-Unis et longtemps appelé *Massage Californien*, le SM est une approche psychocorporelle par le toucher et la communication.

Technique qui invite à la relaxation et à vivre ses émotions dans l'instant présent

Objectifs

- savoir faire un massage global visant la ré-énergétisation, d'une durée d'une heure
- apprendre de manœuvres de bases simples, précises et rigoureuses (effleurages, balayages, modelages, pétrissages, étirements, vibrations...)
- acquérir qualité relationnelle et capacité d'écoute, à soi, à l'autre,

Contenu

- Définition - Historique
- Apprentissage aux techniques de relaxation par la respiration et par des étirements
- Apprentissage des différentes manœuvres et affinement du toucher
- Chronologie et mise en pratique 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