



LE MASSAGE DU SPORTIF

Objectif :

Etre capable de comprendre, respecter et appliquer le protocole du modelage sportif afin de :

- permettre une récupération meilleure et rapide
- redonner à la musculature du sportif sa souplesse initiale
- lui éviter les courbatures et contractures



Contenu pédagogique :

- ❖ les indications et contre-indications - conseils à donner
 - ❖ le massage de préparation à l'effort (jambes)
 - ❖ les modelages de récupération pour les sportifs
 - le dos,
 - les jambes (antérieur et postérieur)
 - les bras
 - ❖ les étirements passifs des membres
- ❖ Les bons gestes et postures pour ne pas se fatiguer en massant



Public concerné :

Personnes possédant une formation dans le domaine de l'Esthétique, du Sport, de la Santé, ou une solide expérience dans les modelages

Intervenant :

Stéphane QUERY—formateur en Techniques de Massages en Suisse
Co-fondateur de la FFMBE

Dates de Formation :

16-17 et 18 septembre 2009 à Marseille

07-08 et 09 décembre 2009 à Gréoux les bains

Tarifs : Entreprises - Salariés

340 €

Stagiaires - Demandeurs Emploi - Candidats libres

285 €

Validation : Attestation de stage

Minimum de 6 participants

Nous contacter

FORMATION CONSEIL THALATHERM

Villa Coulet - Avenue des thermes

04800 GREOUX LES BAINS

 **04.92.77.66.36 04.92.77.69.28**

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

8 rue des Fabres

13001 MARSEILLE

 **Tel. 04.91.91.26.42**

www.institut-thalatherm.com - E-mail : contact@institut-thalatherm.com

