

Massage ventre et thorax T.A.O. - Terre d'Asie et d'Occident

 6 h  124,00 €

Public

Esthéticiennes, kinésithérapeutes, masseurs, masseuses,...

Objectifs

En cas de maux de ventre, on pense souvent à un problème digestif.

Or plusieurs facteurs peuvent les provoquer : un problème de dos, un diaphragme trop tendu, une digestion trop rapide ou trop lente, une alimentation mal adaptée, le stress, etc...

Souvent qualifié de "second cerveau", le ventre est le siège de nos émotions. Cette technique de massage, en détendant ventre et thorax, vise donc à rétablir la sensation de bien-être.

Ouverture du diaphragme, relâchement du thorax, massage ventral.

Technique de respiration et de relaxation coréenne, massage chinois et thaïlandais.

Matériel à prévoir : un drap housse, un plaid, un coussin, deux essuies, un peu d'huile ou crème de massage Tenue : t-shirt et legging.

Informations pratiques

- **Droit d'inscription**
124,00 €
- **Horaires**
 Liège
 - Le 13 décembre 2024
De 9h30 à 16h30
- **Certificat - Attestation**
Attestation de participation
- **Aides sectorielles à la formation**
Aides sectorielles à la formation (obligatoire) : texte long