AUTO-MASSAGE JAPONAIS : DO IN

Formations - Bien-être

Description

Le massage DO IN est une méthode d'automassage qui s'inspire de la digipuncture : le bien-être par les doigts. Il se rapproche de la pratique du Shiatsu qui utilise aussi la pression des doigts pour rééquilibrer les énergies du corps , en travaillant sur des points stratégiques

Durée	Heures	Tarif perso*	Difficulté	Délais d'accès*
1 jour	8h	200€	●●●○○	1 jour

Pour qui ?

- Pour tous ! Que vous soyez junior ou sénior, cette méthode de relaxation s'adresse à tout le monde, chacun pouvant y trouver une source de bien-être.

Prérequis

- Avoir un intérêt pour le domaine du bien-être

Quand et comment pratiquer ?

- Vous pouvez effectuer votre séance de Do in lorsque vous êtes stressé, fatigué ou instaurer un « rituel » le matin ou le soir.
- Pour cela, une séance de 10 à 15 minutes est suffisante.

Formatrice

- Madame Manuel Rianço

Moyens techniques et pédagogiques

- Théorie, remise d'un book écrit en support
- Evaluation pratique de fin de formation

Validation

- A la fin de la formation, l'application complète du massage devra être exécutée par chaque stagiaire sous le contrôle du formateur qui vérifiera l'acquisition parfaite.
- Une attestation de formation sera remise au stagiaire qui aura

Programme

- Accueil et déroulement d'une séance
- La préparation du praticien
- Théorie de l'énergétique
- Acquisition et compréhension des manœuvres
- La respiration, le mouvement, les postures

Matin

- Présentation du stage et des participants
- Les principaux apports du Do In
- Les contre-indications et principes de précautions
- Postures et respiration
- Application d'une partie du protocole
- Echanges, questions/réponses

Après midi

- Application du protocole (suite)
- Corrections
- Echanges, questions/réponses.
- Mémorisation du protocole

Modalités d'inscription*

- Joindre le service commercial
- Valider le devis ou demande OPCO/CFP

Pour tout contact, joindre le service commercial au 04.99.92.19.15.

*Personnes en situation de handicap, livret disponible contacter notre référent

FORMA'SUD - 78 boulevard de Strasbourg 34000 MONTPELLIER
Code NAF (APE) 8559A - SARL au capital social de 1250 € Siret : 79960305500036