Massage Amma (massage assis du dos)

Formez vous à un massage différent !

Formation continue

Que vous soyez professionnel en activité, curieux ou passionné par un domaine, formez-vous avec notre Formation Continue tout au long de votre vie !

Amma est un massage assis du dos qui signifie littéralement "calmer par le toucher". L'objectif principal du massage Amma est de restaurer un état de bien-être et de le conserver. Il s'exerce par des pressions rythmées des pouces et des mains sur des points spécifiques (tsubos), des mobilisations (étirements) et des percussions. Le Amma agit à la fois sur les muscles, les articulations et les méridiens (canaux où circule l'énergie vitale en médecine traditionnelle chinoise).

C'est aux côtés de la **formatrice Anne Gillain**, masseuse professionnelle, que vous allez découvrir le massage Amma. Au programme de la formation :

- **Anatomie - Physiologie**
  - La colonne vertébrale
  - La chaîne musculaire du dos
  - Le méridien de la vessie du dos (rôle et fonction)
  - Les points de digitoponcture de la vessie dans le dos (rôle et fonction)
  - Rôles des organes et viscères sur un plan émotionnel, fonctionnel et physique et impact d’un massage.
- **Théorie**
  - Historique
  - Apports du massage Amma
  - Rôle de chaque manœuvre du massage
  - Connaissances des contres indications générales et spécifiques aux massages
  - Hygiène et sécurité
  - Bases sur l’aromathérapie liée aux massages
- **Pratique**
  - Etude des différentes techniques du massage Amma
  - Enchaînement des différentes phases du massage
  - La posture du thérapeute, les bons gestes, la bonne pression, le bon rythme

objectif

En fin de formation, vous serez capable d’effectuer un massage assis du dos (Amma) de manière professionnelle, tout en donnant et en partageant des énergies positives. Il réduit le stress et apporte du bien-être. Et comme il se pratique habillé, vous pourrez donc aisément le proposer en entreprises et ajouter une corde supplémentaire à votre arc.

Détails sur la formation:

Public cible

Cette formation est ouverte aux esthéticiens/esthéticiennes, masseurs/masseuses, aides-soignants/aides-soignantes, infirmiers/infirmières... ou toute personne ayant les connaissances de base en massage de bien-être.

DETAILS SUR LA FORMATION

Attestation de participation

Prix: 275 €

Durée: 15h00

Dates:
Dates :
15/03 - 22/03 et 29/03/2025
Horaire :
le samedi de 10h00 à 15h00

Places: Min. 6 - Max. 10

CONDITIONS D'ADMISSION

Connaissances de base en massage bien-être nécessaires pour bien suivre la formation
Le coût de la formation est à payer à l'inscription.

Vous êtes apprenant(e) ou vous avez déjà suivi une formation continue à l'efp dans l'année en cours ?
Envoyez vos coordonnées par mail à fc@efp.be avant de vous inscrire pour découvrir si vous pouvez bénéficier d'une réduction.