Massage Lomi-Lomi (Hawaïen)

"Soigner le corps pour que l'âme s'y plaise" - Fr. de Sales

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 !

Le massage Lomi-Lomi est un **massage du corps et du visage** inspiré de la tradition chamanique hawaïenne. Les mouvements utilisés sont amples, lents ou rapides, rappelant ainsi les vagues, la mer et le va-et-vient de l'eau des îles d'Hawaï. Le Lomi-Lomi repose sur la croyance ancestrale que l'énergie (appelée Mana) circule dans le corps. Ce massage considéré comme un rituel de passage et utilisant également les avant-bras amène une grande détente et harmonise les énergies du corps qui retrouve son unité originelle.

Le Lomi-Lomi s'adresse à toute personne souhaitant un massage bien-être et recherchant un moment de lâcher-prise. Il est idéal pour celles et ceux qui souffrent de tensions nerveuses ou de stress. Ce massage utilise beaucoup d'huile végétale et **se donne sur le massé nu**, recouvert d'un paréo (sous-vêtement jetable admis). Sa durée est d'une heure à une heure quart. L'apprentissage se fait par **binôme** (l'un sur l'autre). **La formation est mixte, tant au niveau des apprenants que des modèles**. Il est donc indispensable de s'engager pour l'ensemble des soirées afin de respecter les binômes.

Au programme de la formation

- Théorie de base et présentation du massage. Préparation et installation de l'espace de massage, explication des manœuvres de base et pratique au niveau de la partie postérieure du corps (membres inférieurs)
- Pratique au niveau de l'ensemble de la partie postérieure (membres inférieurs et tronc) et corrections
- Pratique au niveau de la partie antérieure du corps (membres inférieures et tronc), correction des postures et de la respiration
- Pratique au niveau de l'ensemble de la partie antérieure et du visage et corrections
- Pratique des « opu » (manœuvres de glissement sous le corps à ajouter au massage) et révision complète du Lomi-Lomi

Matériel à prévoir

Une tenue souple et confortable à manches courtes (style training), une bouteille d'eau, un flacon d'huile de massage végétale (+/- 250 ml) avec un bouchon distributeur, un paréo, un string jetable si souhaité, éventuellement un chauffe-biberon pour chauffer l'huile, une ou deux grandes serviettes de bain ainsi que du savon en pompe et une serviette invité pour s'essuyer les mains. **Housse imperméable de table de massage offerte.**

Formatrice : Madame Lucia Panont
Formatrice et praticienne en massages et soins esthétiques depuis 35 ans : « *Au cours des années je me suis formée à différents types de massage, à l'utilisation des huiles essentielles, au symbolisme du corps humain et à la thérapie psychocorporelle. En effet, le corps « parle » et il est le « contenant » de toutes nos émotions. Pour moi, le toucher du massage permet d'aider chacun à ouvrir une porte vers lui-même et le soutient dans sa reconnexion aux sensations de son corps.*»

objectif

En fin de formation, vous serez capable d'effectuer un massage global de bien-être en apportant détente et harmonisation au niveau corporel, mental et énergétique tant dans un cadre privé que professionnel.

Détails sur la formation:

Public cible

Cette formation est ouverte aux professionnel(le)s masseurs/masseuses ou aux apprenants en cours de formation.

DETAILS SUR LA FORMATION

Attestation de participation

Prix: 370 €

Durée: 20h00

Dates:
Dates 2025 :
• 25/03 - 01/04 - 08/04 - 15/04 et 23/04/2025
Une seule formation par an !

Horaire : de 17h30 à 21h30

Places: Min. 8 - Max. 12

CONDITIONS D'ADMISSION

Connaissances de base en massage bien-être nécessaires pour bien suivre la formation
Le coût de la formation est à payer au comptant, à l'inscription
Vous êtes apprenant 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 pour découvrir si vous pouvez bénéficier d'une réduction sur votre prochaine formation ?