AMS | 21

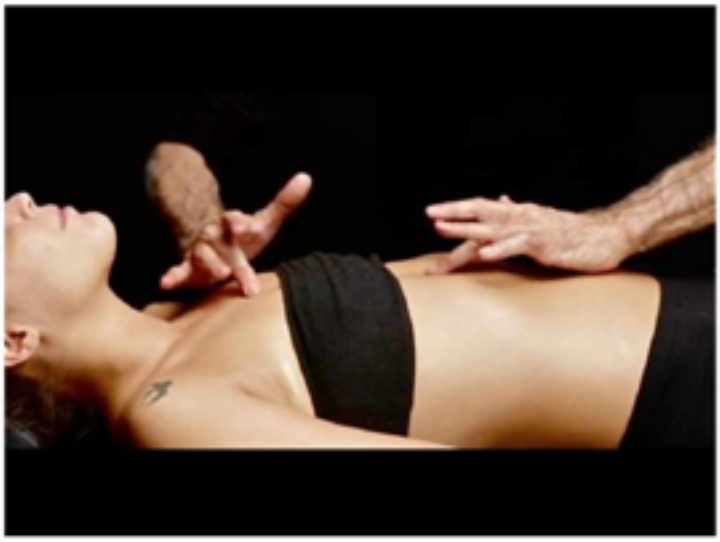
Formation professionnelle

2021 / 2022

*AMS - Numéro de déclaration d'activité : **11 92 21077 92***

L'expérience et la confiance

Depuis plus de 30 ans



Thalassothérapie

(France – International)

Massothérapie & massage bien-être

Réservez vos dates

gil@gilamsallem-formation.com

Étude de projet – devis

Contact

gil@gilamsallem-formation.com

Datadock

*AMS - Numéro de déclaration d'activité : **11 92 21077 92***

Gil Amsallem, Kinésithérapeute de terrain depuis plus de 30 ans, formateur en techniques de massages.

*« Je réunis dans l'approche du massage mon expérience en Thérapies manuelles, massage du monde, drainage lymphatique, réflexologie. . . .et r*iche de mon expérience, j'enseigne les massages à travers ma méthode, « ***Le solfège du massage »*** .

Tous les massages du monde ont des rythmes, des intensités, des vitesses, des profondeurs, tous les massages parcourent le corps et s'adressent à l'esprit, tous s'adaptent. Connaître "le solfège du massage" est fondamental pour masser avec justesse, confiance et qualité, pour bien accorder le corps ».

Le massage, véritable médecine traditionnelle est une bonne stratégie de traitement qui permet avec une grande efficacité, de soulager et de relacer les processus énergétiques garant des systèmes d'auto-défense.

Le massage est aussi un excellent moyen d'apporter un confort et un bien être immédiat au corps et à l'esprit, ce moment d'exception tant attendu par tous.

Formation sur site en France et à l'étranger

Pour les professionnels du corps en recherche de savoir-faire techniques efficaces et sans danger, je propose des formations adaptées aux Kinésithérapeutes, aux Esthéticiennes, avec selon les programmes, une intention plus spécifique bien-être, ou plus thérapeutique, afin de réaliser des massages d'exceptions.

Objectifs des formations

- Développer son métier, approfondir ses connaissances
- Acquérir des techniques professionnelles, des nouvelles compétences
- Parfaire sa pratique et son toucher
- Apprendre des nouveaux massages
- Améliorer son attitude, sa posture et sa respiration
- Cultiver sa créativité

AMS - Numéro de déclaration d'activité : ***11 92 21077 92***

Massages

Ces programmes, ont pour objectif de développer les registres techniques des massages et surtout permettre de créer et d'adapter les différents massages qu'ils soient : Drainant – Relaxant – Énergisant - Amincissant – Modelant.

I) Formation technique sur les programmes existants

Les massages mis en place dans les centres ont régulièrement besoin de **mise à jour** afin de les rendre encore plus performants, plus fluides, plus ajustés, plus subtils, pour satisfaire les clients.

2) Les propositions massages

Tous les massages ont des rythmes, des intensités, des vitesses, des profondeurs, tous les massages parcourent le corps et s'adressent à l'esprit.

- Les fondamentaux : le solfège du massage = Technique générale
- Massage Californien
- Massage Drainant – Amincissant – Modelant
- Drainage lymphatique
- Massage Suédois
- Deep Tissue
- Réflexologie Plantaire
- Réflexologie du visage (Shiatsu – Marma et Kobido)
- Réflexologie Abdominale (Chi Nei Tsang)
- Combinaison Asiatique
- Massage Balinais
- Shiatsu
- Massage Abhyanga
- Digito pression = Acupressing
- Bambou Massage
- Massage bébé

*AMS - Numéro de déclaration d'activité : **11 92 21077 92***

Déroulement général d'une formation
Selon les programmes, les points suivants sont abordés . . .

La Théorie – Les rappels fondamentaux

Anatomie

- Organisation de l'appareil locomoteur : les pièces osseuses.
- Myologie : les muscles et leurs tendons,
- Neurologie : les nerfs, la sensibilité,
- La peau et les tissus conjonctifs

Physiologie

- Le système locomoteur, les chaînes musculaires
- La respiration
- La circulation sanguine et le système lymphatique
- Le système nerveux : central, périphérique, autonome
- Le système endocrinien
- La cellule
- La peau
- Les muscles et appareil tendineux,
- Les organes – rôles et fonctions

Énergétique

- Concept Yin / Yang
- Cartographie des zones réflexes : – " Tsubo – Marmas – Trigger " Le Hara – Le Visage – Les pieds – les mains – la colonne vertébrale
- Les principes d'Inhibition / Tonification / Harmonisation
- Les méridiens, les Chakras
- Les 5 éléments

Physiopathologie :

- Les troubles fonctionnelles : stress – insomnie – anxiété – déprime – fatigue et le « Burn Out », les émotions . . .

J'apporte tout au long de la formation es éléments nécessaires pour comprendre le corps et ses mécanismes physiologiques

La pratique

Présentation – Explications - Démonstrations - Ateliers dirigés. .

Les fondamentaux : Le solfège du massage (*Méthode Gil Amsallem)*

Véritable réponse aux professionnels de la main et du toucher ma méthode offre une originalité et une efficacité la plaçant en pointe dans le domaine du massage. Elle permet une approche globale du massage, le but ultime est de savoir adapter ses massages à une demande spécifique et sortir des standards.

Les fondamentaux, les grandes manœuvres de massage :

- *Pressions – Glissés – Modelages – Étirements – Vibrations – Pompages – Percussion - Palper/rouler...*
- Gestuelles et expressions manuelles
- Variations et nuances en : intensité, rythme, superficie, vitesse, profondeur, respiration . . .

Ce solfège est l'étude des éléments permettant de développer, composer, réaliser des massages : Il peut être analysé de la manière suivante :

- Identification des manœuvres, « les notes », *pressions, glissés, étirements, modelages, pétrissages, pompages...*

- Compréhension des effets des manœuvres de massage « les résonnances »

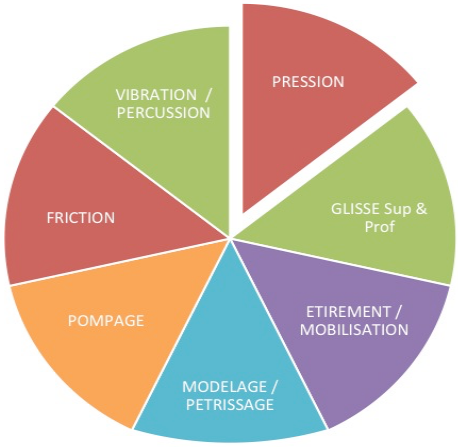
- Reproduction des techniques

- Réalisation des rythmes, « faire ses gammes »

- Combinaison et organisation des éléments

- Déclinaisons, arrangements et variations techniques selon le massage à réaliser.

- Créativité



Dans son sens pratique, le mot solfège désigne une méthode faite d'exercices, de manœuvres classées de manière progressives et réalisées avec les mains, les doigts, les avant-bras...dans les trois principales dimensions du massage : **Rythmique / Mélodique Harmonique.**

Connaitre le solfège du massage est fondamental pour masser avec justesse, confiance et qualité pour bien accorder le corps. Cela permet d'éclairer la réalisation des massages du monde.

Californien – Massage relaxant

- Détente,
- Sérénité,
- Récupération,
- Régénération,
- Anti-stress,

Ce massage agit pour libérer le corps et le mental de ses turbulences, il à l'avantage d'être polyvalent et adaptable pour toutes celles et tous ceux qui sont en recherche de bien être et d'expérience.

Les pressions douces, les longs glissés fluides, les étirements qui se prolongent des pieds à la tête, restaurent les sensations de liberté dont le corps à besoin pour mieux vivre.
Le praticien personnalise son massage et l'adapte.

Massage Suédois - Tonique

Le massage suédois est considéré comme le grand classique européen face à la vague porteuse des traditions asiatiques. Ce massage procure une détente musculaire et une réelle relaxation du corps, est plébiscité par les sportifs. Il a pourtant lui aussi trouvé son inspiration dans les traditions chinoises.

A l'origine, il y a plus de deux cents ans, une rencontre entre un universitaire suédois sportif féru d'escrime, Per Henrik Ling (1776 – 1839) et un chinois Monsieur Ming grand amateur d'arts martiaux.

Per Henrik Ling va mettre au point une méthode de remise en forme et de préservation de la santé où se mêlent mouvements de gymnastique et massages inspirés des traditions chinoises. Il collaborera avec l'Institut Royal de Gymnastique et militera pour une démocratisation de cette discipline dans les écoles où elle deviendra obligatoire en 1820 !

Le massage suédois est plutôt vigoureux avec une succession d'étapes bien définies, que l'on retrouve dans de nombreux massages : pressions, glissés superficiels(ou effleurage), profonds, pétrissages, frictions, percussion set vibrations. .

Il a vocation de bien-être, il génère une détente profonde sur l'ensemble de la masse musculaire et a un effet drainant.

Deep Tissue

Cette approche aux forces multidirectionnelles s'intéresse aux différents étages des tissus conjonctifs pour défaire l'enroulement des fibres musculaires et des fascias qui est à l'origine des douleurs, des tensions et des restrictions de mobilité.

Le massage appelé DEEP TISSUE est au croisement des techniques musculaires profondes et lente d'une part et des techniques brèves, intenses et rapides dans les tissus conjonctifs d'autre part.

Le « Deep Tissue » est une méthode de travail puissante, les techniques sont axées sur les muscles et les fascias qui les entourent pour les détendre, les étirer, leur redonner de la souplesse et de la vitalité.

Le massage Deep Tissue, c'est une séance spécifique, mais c'est aussi l'utilisation de ces techniques de libération musculaire en complément dans un autre massage, si il est utile d'insister sur une zone.

Ses buts :
Libérer les muscles des tensions, des courbatures, des raideurs, des adhérences et améliorer la circulation de l'énergie dans le corps.

- **Ses effets :**
  Dissipe la fatigue et la tension neuromusculaire,
- Relaxe et tonifie les tissus musculaires
- Améliore la transmission de l'influx nerveux
- Meilleure oxygénation des tissus,
- Participe à l'élimination des toxines
- Augmente la vitalité des organes profonds
- Libère le flux énergétique.
- Favorise la récupération physique

Principes

Connaitre les effets du massage Deep-tissue sur les plans énergétiques et physiologiques

- ▪ Maitriser les techniques
- ▪ Évaluer la capacité du client à recevoir le massage Deep-tissue
- ▪ Adapter les techniques aux besoins du client

Combinaisons Asiatiques : Énergie

- Récupération physique,
- Recherche de vitalité
- Trouble du sommeil,
- Stress,

Le toucher est présent, ferme, tonique et répétitif pour dégager les voies de circulation énergétique avec de très belles combinaisons de techniques. Un massage efficace et facile à réaliser.

Dans ce massage vous y retrouverez les expressions **du Shiatsu** avec ses pressions le long des méridiens et ses points spéciaux et aussi les étirements doux, les glissés en pression du **massage Balinais**, associés aux frictions des **massages Indiens.**

La fluidité technique, la respiration et le rythme engagé permettent de développer des massages à orientations variées.

- Recherche de détente et d'énergie
- Soulagement des troubles fonctionnels liées aux stress, (sommeil, fatigue chronique, troubles circulatoires,
- Rééquilibrage énergétique.
- Récupération physique,

Ce programme vous apportera les éléments nécessaires pour comprendre le concept des énergies circulantes dans le corps et réaliser des massages à tendance asiatique de qualité.

Massage Drainant – Amincissant – Modelant

- Silhouette,
- Cellulite,
- Détox,
- Troubles circulatoires – Jambes lourdes

Ce massage est efficace pour améliorer la circulation sanguine et lymphatique mais aussi pour la désintoxication de l'organisme et le traitement de la cellulite. Il permet de désépaissir la peau et la libérer de ses adhérences, raffermir les muscles, sculpter la silhouette.

Pour être efficace et selon les objectifs à atteindre, il est nécessaire d'installer avec cohérence les techniques et manœuvres de massages pour :

- Faire circuler les liquides du corps,
- Décompacter les cellules adipocytes,

- Améliorer les échanges cellulaires,
- Modeler la peau et les muscles
- Traiter Les zones cibles

• Réflexologie Plantaire

- Apaise et calme**,**
- Soulage la sensibilité grâce à l'action sur le système nerveux,
- Facilite les processus d'assimilation et d'élimination
- Améliore le sommeil,
- Favorise l'élimination des toxines,
- Restaure le potentiel d'énergie physique et psychique
- Permet une relaxation profonde
- Permet une meilleure gestion du stress physique et émotionnel
- Aide l'organisme à retrouver un équilibre.

Le massage est un stimulant mécanique sur la région thoraco-abdominal, provoqué par les techniques et manœuvres du kinésithérapeute. Dans le mécanisme d'action du massage sur le ventre et plus généralement sur l'organisme il faut souligner trois facteurs :

1. Nerveux,
2. Humoral
3. Mécanique.

Dans le processus du massage on exerce une action sur les mécanismes nerveux qui se trouvent dans les différentes couches de la peau et qui sont en rapport avec les systèmes nerveux centraux et nerveux végétatifs.

L'essence de l'action neuro-réflexe du massage se base sur la stimulation des zones parfaitement définie sur la région du ventre, mais aussi des zones réflexes au niveaux des pieds, des mains, de la colonne vertébrale en lien avec les organes et les viscères.
« étude mécaniciste effectuée par le médecin allemand Wirhof, avec les travaux des physiologistes russes I.M.Sechenov, I.P.Pavlov et de ses disciples sur l'excitabilité »

Un exemple de l'action neuro-réflexe du massage peut être le changement d'activité du rythme cardiaque, des poumons, de l'intestin et d'autres organes internes, par le système relatif de la peau (reflet viscéro-cutané), des muscles (reflet viscéro-moteur) et d'autres tissus.

Associé au facteur nerveux, le facteur humoral revêt un grand rôle dans le mécanisme d'action du massage. Son action consiste en la formation des substances biologiquement actives transmises au sang, en figurant entre les hormones tissulaires sous l'influence du massage dans la peau Le massage produit un effet de type histaminique très rapide (N.S.Zvonitkli).

l'organisme avec ses plus de 7.000 terminaisons nerveuses.

Nous stimulons les grands systèmes physiologiques de l'organisme : circulatoire, nerveux, digestif, glandulaire, lymphatique. . .

Un module très pratique pour celles et ceux qui sont en recherche de techniques et de savoir-faire efficace et sans danger pour renforcer les points faibles de l'organisme ou pour dégager le surplus d'énergie.

Des Schémas pratiques « *adaptables en temps et en actions selon les territoires réflexes » et selon la demande.*

1. Détente et récupération - Sommeil et bien-être
2. Le système digestif - stress et troubles viscéraux (Constipation, ballonnement, . .)
3. La circulation (sang et lymphe) - Détox, ...
4. Fatigue chronique
5. Énergie et vitalité (régénération)
6. Réflexologie adaptée aux sportifs

Le Ventre : Réflexologie Abdominale

- Gestions des émotions
- États de stress et d'anxiété
- Constipation,
- Ballonnements,
- Spasmes et zones d'engorgement du système digestif
- Crampes abdominales
- Manque d'énergie, fatigue chronique.
- Douleurs cervicales, dorsales, lombaires,
- Migraines, insomnies,
- Mauvaise humeur, idées noires
- Surpoids,

Ce massage se concentre sur les organes, il se base sur le principe de circulation de l'énergie vitale.

Le ventre réagit à nos états émotionnels, aux stress, à la fatigue et c'est le lieu ou se concentre les contrariétés, les déséquilibres fonctionnels.

À l'arrière du ventre, le Dos, la colonne vertébrale, 2 zones stratégiques du corps, ou sont logées, les grands points de tensions musculaires et les spasmes. Certains points du Dos, de part et d'autre de la colonne vertébrales, sont des vrais leviers de commandes aux effets calmants sur les organes. (Points Shū)

Mise en place des enchainements : Élaboration de schémas : spécifiques

- Le ventre à distance,
- Séquence générale Détox et anti-stress
- Techniques antispasmodiques, détente viscérale,
- Stimulation de l'énergie fondamentale
- Les points spéciaux du ventre et du thorax (stimulation selon les objectifs)

Bambou Massage

Un massage à sensations aux effets : Drainant – **R**elaxant – **M**odelant.

L'accessoire Bambou est justifié pour amplifier des effets, apporter des sensations nouvelles, et faciliter le travaille du corps.

Gil Amsallem crée en 2003 pour la marque YON KA le Bambou Massage avec comme objectifs, mieux drainer les liquides, mieux modeler les muscles et mieux dessiner la silhouette. Depuis, cette création a rencontré un succès international, présenté dans plus d'une dizaine de congrès, Brésil, États-Unis, Chine, Afrique du Sud, Italie, Grèce...

Au Brésil, la Bambou Thérapie est enseignée dans les écoles d'esthétique. En France et en Europe, de nombreuses écoles de formation ont repris le concept.

Du bout des doigts à la racine du poignet, la main est un système expert, mais quand l'accessoire prolonge les doigts ou donne à la main une autre façon de s'exprimer, alors nous entrons dans la dimension des massages à sensations

L'accessoire Bambou est justifié pour amplifier des effets, apporter des sensations nouvelles, et faciliter le travail sur le corps. Il est travaillé avec caractère et élégance, les bambous épousent parfaitement les contours, les lignes de la silhouette et permettent de travailler ses formes.

Les liquides sont dynamisés, les lignes corporelles sont tracées, la silhouette est sculptée, les reliefs sont remodelés. L'effet circulatoire est permanent et immédiat grâce aux pressions, roulements et glissements des bambous sur le corps.

La pression est mobile, pivotante, glissante, roulante sur la peau, les muscles sont assouplis, travaillées comme un sculpteur précise et façonne les reliefs avec son outil. Le visage est lifté avec des petites baguettes, les zones réflexes des pieds et des mains sont stimulées, les vibrations et percussions propagent une onde de bien-être dans le corps.

Le Bamboodream, des enchaînements fluides de la superficie à la profondeur (type massage Californien), un massage à sensations aux effets drainant, **r**elaxant, modelant.

Dominante technique : Dans le style du massage Californien

Kit bambou compris

Shiatsu

- La fatigue chronique
- Les tensions musculaires
- Les troubles viscéraux
- Recherche de détente et d'énergie
- Les troubles fonctionnels liées aux stress,
- Gestion des émotions

La Thérapie manuelle entoure notre pratique en kinésithérapie et les techniques de Shiatsu faciliteront avec certitude la région à traiter ou à détendre.

La juste Pression, ces techniques répondent aussi bien à l'abord corporel thérapeutique qu'aux demandent de la population en recherche de bien être et de prévention santé.

La fluidité technique, la respiration et le rythme engagé permettent de répondre à une demande plutôt antalgique, relaxante ou énergisante.

Nous parcourons le corps suivant des trajets bien organisés (les méridiens) et sur des territoires réflexes précis pour « Lever les barrages à la circulation des flux énergétiques.

Le toucher est présent, ferme, parfois subtil, répétitif, la respiration est le chef d'orchestre de ces techniques.

Massage - Balinais

- Détente / Vitalité
- Troubles du sommeil,
- Troubles circulatoires
- Fatigue chronique,
- Rééquilibrage énergétique.

Ce massage est un cocktail de différentes techniques, Il résulte d'un mélange de massage indien, indonésien, chinois ainsi que des techniques de la médecine ayurvédique traditionnelle.

Grâce à l'équilibre subtil entre tonicité et relaxation, les techniques des massages balinais produisent des effets énergisants, circulatoires, tonifiants, drainants, détoxifiants et très relaxants. Les huiles essentielles sont largement utilisées, le jasmin, l'ylang-ylang et le bois de santal se trouvent parmi les plus prisées.

<u>Particularité du massage Balinais</u> : 2 grands moments, très efficaces.

1. l'un, pour libérer les muscles de leurs tensions et assouplir les articulations, afin de désencombrer les voies de circulation de l'énergie,
2. L'autre, composé de techniques plus douces, mais profondes qui apaisent les systèmes musculaires, nerveux, et l'esprit.

   Protocole à 2 dimensions : Relax – Vitalité

L'ABHYANGA

- Accroissement de l'énergie vitale
- Action sur le système nerveux
- Amélioration de l'harmonie intellectuelle et de la concentration
- Meilleure gestion du stress et des émotions
- Amélioration de la circulation sanguine et lymphatique
- Élimination des impuretés du corps
- Tonification musculaire et assouplissement des articulations
- Accroissement de l'énergie des Centres énergétiques (les Chakras)

C'est un excellent massage pour tous.
C'est non seulement un très grand moment de détente mais c'est aussi l'occasion de faire lâcher les résistances et les tensions musculaires, soulager les zones réflexes sensibles. Ces techniques agissent principalement pour détoxifier les tissus et libérer le mental de ses tensions.

Réalisé sur tout le corps, il est dynamique et excellent pour l'énergie générale. Les points réflexes, « les Marmas », appelé encore points vitaux, sont en relation avec les organes ou les mouvements internes. Leurs stimulations permettent de régulariser les fonctions de l'organisme.

L'huile de sésame tiède est utilisée pour revitaliser les points vitaux, nourrir les muscles, renforcer le système immunitaire.

Le Lomi-Lomi

- Favorise la détente mentale le physique
- Augmente l'énergie vitale
- Augmente la circulation sanguine et lymphatique
- Nettoie et élimine les toxines accumulées dans l'organisme

- Stress, anxiété, insomnie, asthénie
- Cellulite
- Constipation chronique

C'est un **massage complet du corps et du visage,** Il détend et vivifie, purifie et nourrit. Un massage venu des îles, l'eau et le feu s'entremêle, aux rythmes vivifiant de l'océan, expressif comme la lave en ébullition qui s'échappe des volcans.

Lomi veut dire **masser, frictionner, presser, pétrir, caresser**. En hawaïen, lorsqu'un mot est répété, cela manifeste une force particulière. Ce massage est profond, avec un toucher unique pour relâcher les tensions musculaires et les blocages énergétiques,

l'objectif est de restaurer l'état général de bien-être afin de permettre le bon fonctionnement des systèmes corporels et des ressources naturelles.

Le Lomi-Lomi, exige beaucoup d'attention **nous utilisons surtout les avant-bras**, les coudes, les poings, Il se pratique sur table avec beaucoup d'huile, les longs mouvements courent sur tout le corps, des mouvements de vagues, une danse gracieuse. Ce massage constamment en mouvement, rassemble toutes les parties du corps, alternativement de la superficie à la profondeur,

Massage bébé

Les bienfaits

- **Digestif :** amélioration du transit intestinal : constipation, gaz, coliques
- **Respiratoire** : action sur l'encombrement : **bronchiolite** ; manœuvres professionnelles spécifiques
- **Cutanés** : stimule les récepteurs tactiles : meilleur notion de son corps
- **Circulatoire** : amélioration de la circulation
- Musculo-tendineux : **Relaxation**
- Neurologiques : action **Antalgique**
- Psychologiques : **Détente**
- Augmente la sécrétion de l'**ocytocine** (hormone qui permet l'attachement chez la mère et chez le bébé) et stimule la sécrétion de la **prolactine** (hormone qui favorise la montée laiteuse).
- Il **consolide la relation parent enfant**. Les caresses et stimulations corporelles nourrissent chez le nouveau-né le **sentiment d'être accueilli**, accepté, aimé.

Le massage favorise le lien d'attachement entre les parents et l'enfant. La relation entre eux devient plus étroite, augmentant la confiance mutuelle. Les parents apprennent à mieux connaître l'enfant. Le massage développe l'art d'aimer et de partager.

Adaptation du massage pour bébé à l'enfant plus grand

Do In : « *Atelier bien être* »

L'automassage est un moyen individuel, peu contraignant et adapté à sa sensibilité, son activité et son rythme de vie.

Stimuler un point énergétique permet ainsi de relancer le flux d'énergie ralenti ou bloqué et de favoriser sa circulation dans l'organisme.

Un soulagement rapide est souvent obtenu sur les douleurs récentes, qu'elles soient articulaires, musculaires ou d'origine rhumatismale, traumatique, digestive, nerveuse ou même psychique. Il en va de même pour la plupart des troubles fonctionnels.

Faire circuler le Qi, l'énergie vitale

l'énergie vitale du corps, le qi, circule à travers le corps par des canaux spécifiques, appelés méridiens. Des points ponctuent ces faisceaux d'énergie comme des balises émettant et recevant des signaux. Chaque point est un relais pour l'énergie qui peut circuler dans le corps. Lorsqu'elle circule librement, elle permet :

»» de renforcer son système immunitaire,

»» de soulager les douleurs physiques,

»» de réduire le stress,

»» d'améliorer la digestion et l'élimination des déchets,

»» de Détoxifier le corps et l'esprit,

»» d'augmenter la mobilité articulaire,

»» de mieux dormir,

»» de se régénérer.

Postures – Attitudes – Comportements - Gestuelles

Prévention des Troubles Musculo Squelettiques

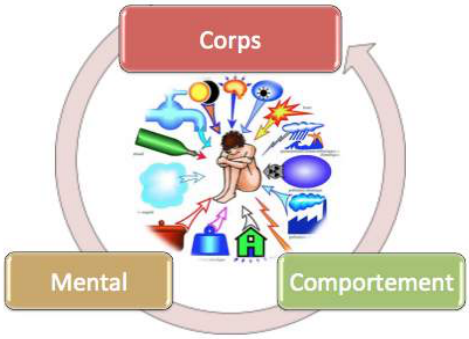
Les Troubles lié aux attitudes et postures dans l'activité professionnelle (TMS), constituent un enjeu en santé au travail.

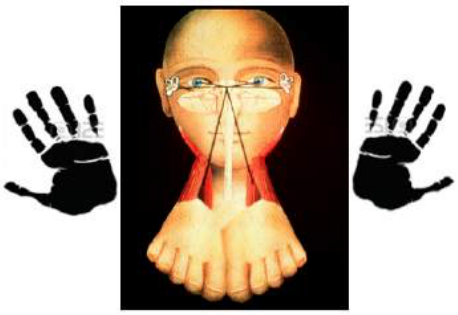
. . . . . la tension s'installe, le corps s'en raidit et se crispe. Mais ce qui bascule en un instant, peut retrouver son équilibre l'instant d'après.

Ce programme s'adresse à tous, quel que soit sa condition physique, son Age, son métier, son engagement physique au quotidien. Il est adaptable et modulable selon les spécificités professionnelles.

Objectifs de cette formation /

Sensibiliser chaque participant à développer les bons reflexes pour :





- Minimiser les contraintes,
- Canaliser efficacement son énergie
- Mieux agir avec le corps, l'attitude, la posture, la respiration, les gestes, . . .

Les ateliers proposés sont pratiques et permettent à chacun de découvrir les clés qui permettront de comprendre comment s'approprier et utiliser des techniques anti- stress, des techniques de « réveil » et de développement corporel, pour apporter au corps une meilleure respiration, souplesse, tonicité et endurance.

Micro - sieste

Création de massage signature

« Avec ou sans accessoires »

Formation de formateurs - Spa manager

*AMS - Numéro de déclaration d'activité : **11 92 21077 92***

Un projet de formation, un devis,

AMS Formation

Contact

gil@gilamsallem-formation.com

*AMS - Numéro de déclaration d'activité : **11 92 21077 92***