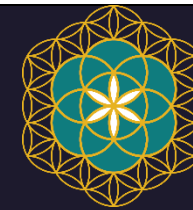


# Formation

# Relaxation Coréenne

(Module S5)



Formation  
MASSAGE AJUSTÉ

## Public

Accessible à toute personne majeure apte à pratiquer et recevoir un massage.

*Si vous avez besoin d'un aménagement (pédagogique ou physique) spécifique pour suivre la formation, merci de contacter notre organisme de formation avant toute inscription.*

## Prérequis

Aucun.

## Objectifs pédagogiques

- Connaître les indications de la relaxation coréenne.
- Comprendre la mécanique des mobilisation passives articulaires.
- Acquérir les gestes techniques de la relaxation coréenne.

## Programme

### Partie 1 : Savoirs liés au massage

Séquence 1 : Intérêts et indications de la relaxation coréenne.

Séquence 2 : Apprentissage des mobilisations passives en lien avec la physiologie articulaire.

### Partie 2 : Relaxation coréenne

Séquence 1 : Techniques de relaxation coréenne des membres inférieurs.

Séquence 2 : Techniques de relaxation coréenne buste, dos et travail respiratoire.

Séquence 3 : Techniques de relaxation coréenne membres supérieurs.

Séquence 4 : Pratique supervisée du protocole complet de relaxation coréenne.

## Informations pratiques

Lieu : Echannay (21540)

Calendrier et horaires : 2 jours (14 heures)  
9h-12h30/13h30-17h. Dates sur le site web

Tarif à la carte :

Financement personnel : 445€ TTC

Financement par un organisme : 700€ TTC

Participants : 12 maximum

Conditions : Présentiel

Méthodes et moyens pédagogiques :

Démonstrations

Pratiques supervisées

Cours et aide-mémoire

Vidéos de révision

Evaluation/Sanction de la formation :

Questionnaire et pratiques Supervisées

Attestation de participation

Intervenant : Marie Gamain, Enseignante en massage et masseur-kinésithérapeute DE.

Contact : [www.formation-massage-ajuste.com](http://www.formation-massage-ajuste.com)