



### 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

Présenter une attestation de formation relaxation coréenne (minimum 4 heures).

### Objectifs pédagogiques

- Améliorer les techniques de base
- Assimiler les techniques de la relaxation coréenne pour le dos et la respiration
- Acquérir les gestes techniques au foulard
- Maîtriser le protocole approfondi de relaxation coréenne (2 heures)

### Programme

#### Partie 1 : Perfectionnement techniques de base relaxation coréenne

Séquence 1 : Techniques des membres inférieurs.

Séquence 2 : Techniques du buste et travail respiratoire.

Séquence 3 : Techniques des membres supérieurs.

#### Partie 2 : Techniques avancées relaxation coréenne

Séquence 1 : Mouvements de relaxation coréenne pour le dos

Séquence 2 : Techniques au foulard

Séquence 3 : Harmonisation respiratoire

Séquence 4 : Pratique supervisée du protocole approfondi 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)