



# Massothérapie



## Programme des cours

### Connaissances théoriques :

Anatomie, Biologie, Physiologie, Déontologie, Equipement professionnel, Hygiène et sécurité

Connaissances pratiques : manœuvres de base et massages du monde

### Niveau 1 (pas de prérequis) :

**1) Le massage harmonisant**

Massage de bien-être psychocorporel unifiant et englobant. Par des gestes simples, ce massage va aider à rétablir l'équilibre énergétique, libérer du stress et apaiser les angoisses.

**2) Le massage prénatal**

Le massage de la femme enceinte propose à la future maman un temps de quiétude et de sérénité à partager avec son bébé.

**3) Le massage aux pierres chaudes**

Technique inspirée d'une pratique ancestrale, le massage aux pierres chaudes utilise des pierres de basalte d'origine volcanique qui ont la propriété de retenir la chaleur.

**4) Le massage à la bougie**

Ce massage nourrissant et réparateur enveloppe votre corps d'une douce chaleur. En plus de ses vertus anti-stress, relaxantes et calmantes, le massage à la bougie nourrit la peau et lui redonne de l'élasticité.

**5) Le massage aux bambous**

Massage tonique et relaxant à la fois. Ce massage a pour principe de faire onduler le bambou (souplesse et robustesse) imprégné d'huile, tout le long du corps et du visage.

### Niveau 2 (avoir des connaissances de base en massothérapie) :

**6) Le lomi lomi**

Massage inspiré de la tradition chamanique hawaïenne. Il détend et vivifie, purifie et nourrit. Il se donne avec les mains, les avant-bras, le bout des doigts, les coudes et les articulations des doigts.

**7) La réflexologie plantaire**

Méthode de massage douce et complète stimulant les mécanismes d'auto-guérison du corps humain.

**8) Le Bol Kansu**

Le massage au bol kansu est issu de la pratique ayurvédique. Il utilise un instrument particulier, un petit bol de forme arrondie fabriqué dans un alliage de 5 métaux.

**9) Le massage traditionnel Thaïlandais**

Enchaînement de techniques d'étirement, de mobilisations articulaires, de poses de yoga et de bercements rythmés combiné à un travail d'acupression sur certains méridiens d'énergie. Il se pratique au sol sur des futons.

**10) Le massage énergétique**

Inspiré des médecines traditionnelles indiennes et chinoises, le massage énergétique vise à une harmonisation du corps et de l'esprit.

**Cycle en 1 an : niveau 1 + niveau 2**

De septembre à juin : les vendredis de 10h à 15h

Au comptant		Plan financier	
Minerval	1800,00€	Minerval	1800,00€
Escompte de 5%	90,00€	A l'inscription	400,00€
<b>Net</b>	<b>1710,00€</b>	+ 8 mensualités de	175,00€ (Commence le 1 <sup>er</sup> mois de la formation)

**Cycle en 5 mois : niveau 1 ou niveau 2**

Niveau 1 : de septembre à janvier : les vendredis de 10h à 15h

Niveau 2 : de février à juin : les vendredis de 10h à 15h

Au comptant		Plan financier	
Minerval	1250,00€	Minerval	1250,00€
Escompte de 5%	62,5€	A l'inscription	400,00€
<b>Net</b>	<b>1187,50€</b>	+ 5 mensualités de	170,00€ (Commence le 1 <sup>er</sup> mois de la formation)

Examen final au sein de l'école et obtention d'un certificat

**Matériel** : 150€ (à titre indicatif). Liste remise le 1<sup>er</sup> jour de la formation

**Syllabus** : inclus dans le minerval sous format électronique

**Tee-shirt logo école obligatoire** : 25€ à commander sur

[www.terredaureboutique.myspreadshop.be](http://www.terredaureboutique.myspreadshop.be)

Le stage associé à votre formation est un plus. Il permet de vous plonger dans la réalité du terrain et surtout vous permet d'acquérir une expérience professionnelle non négligeable sur un CV (facultatif).

Les massages sont également proposés à la carte, n'hésitez pas à parcourir notre e-boutique :  
<https://www.terredaure.com/e-boutique/>