



Découverte et Initiation au modelage de détente et de bien-être

2 jours soit 14 heures

▲ OBJECTIF DE LA FORMATION

Savoir réaliser un modelage de détente et de bien-être en toute sécurité dans le cadre d'une pratique de loisir.

▲ OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Être capable de réaliser un modelage de détente et de bien-être
- Connaître la philosophie et les effets de cette technique
- Connaître les bases élémentaires en anatomie physiologie

▲ MODALITES D'ADMISSION

Bulletin d'inscription à retourner.

▲ PUBLIC CONCERNE ET PRE-REQUIS

Toute personne souhaitant s'initier au modelage de détente.

▲ PROGRAMME

- ▲ Introduction au modelage de bien-être :
 - Définition
 - Indications et Contre-indications
 - Actions et Effets
- ▲ Rappel anatomique: ostéologie et myologie générale
- ▲ Démonstration commentée
 - Prise de contact
 - Méthodes manuelles
- ▲ Apprentissage des différents mouvements et postures (travaux pratiques en binômes)
- ▲ Pratique d'un enchaînement complet et correction simultanée de la réalisation.

▲ MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- ▲ Travaux pratiques
- ▲ Echanges et discussions
- ▲ Remise de livret

Intervenantes:

Blandine GUERIN :

- Formatrice en modelage
- Hydrobalnéologue
- Instructeur fédéral de Tai Chi Chuan
- C.Q.P. Arts Martiaux Internes
- Formatrice certifiée AFMB

Hanan SAADOUN :

- Formatrice en modelage
- Hydrobalnéologue
- Educateur sportif 2e degré spécialité Taekwondo
- B.P.J.EP.S Educateur activités physiques pour tous
- Formation Shiatsu

▲ COÛT

320 € TTC

▲ VALIDATION DE LA FORMATION

Attestation de formation