



Zen Attitude
Formations

MASSAGE RENAISSANCE DU DOS

UN SOIN INSPIRE DE L'INDE POUR LIBERER LES TENSIONS ET REVITALISER L'ESPRIT

Le **massage Renaissance du dos** est un protocole ciblé, inspiré du **Shirochampi**, massage traditionnel indien.

Par des manœuvres enveloppantes, des pressions douces et des mobilisations, ce soin agit sur le **haut du dos, la nuque, les épaules et le cuir chevelu**, pour **dissoudre les tensions, clarifier l'esprit et réharmoniser l'énergie vitale**.

Un massage régénérant, idéal pour offrir **un moment de renaissance corporelle et mentale**, dans une approche à la fois **technique et intuitive**.



☞ Moyens pédagogiques et

Méthode :

- PowerPoint
- Livret pédagogique
- Exercices pratique et mises en situation

☞ Mise à disposition du matériel

- Vous devrez cependant vous munir d'**un galet de cohérence cardiaque, obligatoire pour le suivi pédagogique** de la formation.

Celui-ci est à acheter séparément via le lien suivant : <https://www.ags-lab.com/ZenAttitude/zenspire>

☞ Modalités d'évaluation :

- Entretien et auto-évaluation en amont de la formation
- Exercices pratiques et mises en situation pendant la formation
- QCM et évaluation pratique en fin de formation

Les + de cette technique en milieu hospitalier :

- ✓ Soulagement ciblé des tensions physiques
- ✓ Action profonde sur le système nerveux
- ✓ Libération des blocages émotionnels
- ✓ Méthode complémentaire aux soins hospitaliers

☞ Durée : 2 jours/12 heures

☞ Objectifs :

- Apprendre un massage complet du dos, **profond et apaisant**
- Libérer les **nœuds musculaires et les tensions nerveuses**
- Favoriser un **lâcher-prise immédiat** et une sensation de légèreté
- Connaître les **bases de l'anatomie humaine**
- Connaître les **bases de l'énergétique**

☞ Pour qui ?

- Praticiens du bien-être, esthéticien(ne)s, spas
- Personnes en reconversion vers les métiers du massage
- **Prérequis demandés :**
Avoir suivi au moins 1 formation massage corps, crâne ou dos

☞ Tarif de la formation : Particulier : **460 €*** ; Professionnel - Prise en charge à 100% (pas de CPF) : **700€*** ; Entreprises et établissements hospitaliers : **nous consulter**

☞ Horaires des jours de formations : 9h-12h15 / 13h-15h45

☞ Lieu des formations : 4, rue Saint André 30210 REMOULINS ou en entreprise

☞ Dates de formation et modalités d'accès : Voir calendrier et CGV

☞ Handicap : Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Il faudra cependant préciser la nature de celui-ci lors de votre inscription afin de nous permettre d'adapter la formation à votre situation.

☞ Remise d'un certificat de réalisation en fin de formation

☞ [Voir le CV de la formatrice](#)

* Voir Conditions Générales de Vente sur www.zen-attitude-formations.com

** Indicateurs disponibles en 2027