



Zen Attitude  
Formations



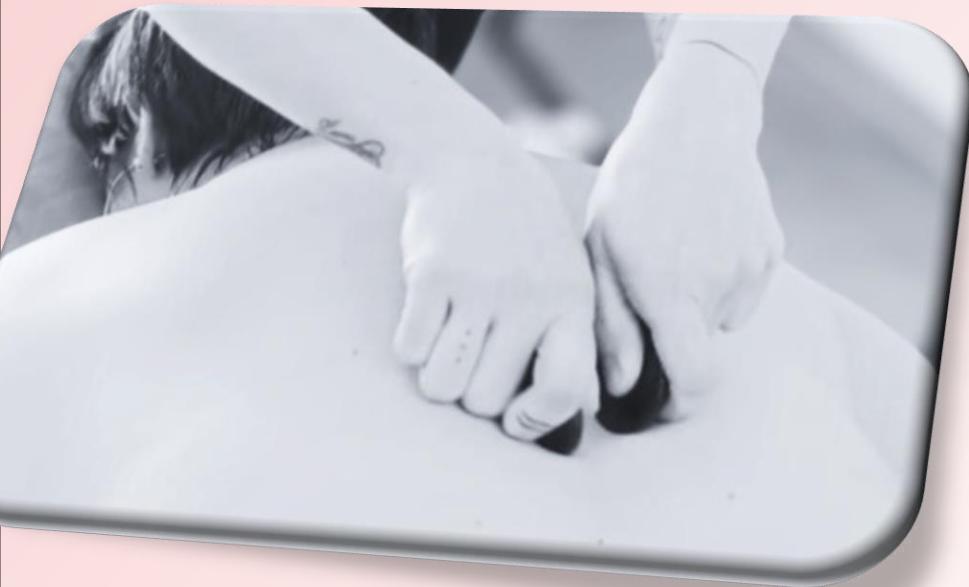
## MASSAGE DU DOS A LA TOURMALINE

UN SOIN PROFOND POUR LIBERER LES TENSIONS ET RECHARGER L'ENERGIE

Cette formation vous initie à un massage du dos alliant **techniques manuelles ciblées** et utilisation de **pierres de tourmaline chauffées**, connues pour leurs propriétés **détoxifiantes, relaxantes et énergétiques**.

Grâce à la **chaleur douce** des pierres et aux manœuvres spécifiques, ce massage permet de **soulager les tensions musculaires, favoriser la circulation et rééquilibrer le système nerveux et énergétique**.

Un soin cocon qui allie la **puissance de la pierre**, la **précision du geste** et la **chaleur bienfaisante**, pour un dos détendu et un esprit apaisé.



**Les + de cette technique en milieu hospitalier :**

- Bienfaits physiologiques et psychologiques
- Apports spécifiques de la tourmaline :
  - Emission d'ions négatifs et d'infrarouges lointains
  - Effet anti-oxydant et anti-inflammatoire
  - Approche holistique

☞ **Durée :** 2 jours/12 heures

☞ **Objectifs :**

- Apprendre un protocole complet de massage du dos
- Utiliser la tourmaline chauffée en toute sécurité
- Agir sur les tensions physiques, émotionnelles et énergétiques
- Offrir un soin apaisant, profond et régénérant
- Connaître les bases de l'anatomie humaine

☞ **Pour qui ?**

- Praticiens en massage bien-être, spas ou centres de soin
- Personnes en reconversion ou souhaitant enrichir leur pratique
- Aucun prérequis nécessaire

☞ **Moyens pédagogiques et Méthode :**

- PowerPoint
- Livret pédagogique
- Exercices pratique et mises en situation
- Entrainement pour les débutants

☞ **Mise à disposition du matériel et 2 tourmalines vous seront OFFERTES !**

☞ **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
- Massages d'entraînement pour les débutants après la formation

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

☞ **Horaires des jours de formations :** Lundi : 8h30/12h30  
Mardi : 8h30/12h ; 12h45/17h15

☞ **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**

☞ **CV formateur disponible sur [www.zen-attitude-formations.com](http://www.zen-attitude-formations.com)**