



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 **Shirothampi**, 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
- Entraînement pour les débutants

📖 Mise à disposition du matériel

📖 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 hospitaliers : **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**

Les + de cette technique en milieu hospitalier :

- ✓ Soulagement ciblé des tensions physique
- ✓ 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

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

** Indicateurs disponibles en 2026