



Formation Massage Californien



Apprenez le massage Californien, massage emblématique de la relaxation

Lundi 11 et mardi 12 juin 2018 (9h30-17h30)

Au travers de longs mouvements doux et harmonieux, le massage californien est idéal pour relâcher les tensions physiques mais aussi pour reprendre contact avec son corps et ses émotions. On l'appelle aussi massage relationnel, sensible ou "toucher du coeur".

C'est au début des années 70 que le massage Californien voit le jour. Fortement inspirée par le massage suédois déjà existant, Margareth Elke élabore ce massage au sein de l'Institut Esalen (près de San Francisco en Californie), au cours d'une séance de psychothérapie de groupe. Le mouvement New-Age de l'époque prônait la liberté du corps, les effets positifs du massage.

Les participants étant davantage en quête d'une intériorisation, les bases sont posées : le massé reprend contact avec son corps, ses émotions et son vécu, ce qui en fait un massage psychocorporel par excellence.

Ce massage relaxant porte donc la double casquette de massage permettant la relâche des tensions physiques et corporelles, ainsi que la détente psychique.

Le masseur joue un rôle essentiel de par sa qualité d'être, d'écoute et d'improvisation. Réconfortant et rassurant, deux mots-clefs qui définissent l'état d'esprit de ce massage et donc du masseur.

Animé par Sabrina l'Hoste,

Depuis 14 ans, Sabrina intervient au sein de spas de renom ; elle a à cœur de vous initier au massage de bien-être, en vous aidant à développer une qualité de touché et d'écoute.

Le coût de la formation pour 2 jours est de 300€

Inscrivez-vous au 01 30 61 43 69, à l'Espace St-Pierre
ou par le formulaire de contact www.espace-st-pierre.fr/contact