

LE MASSAGE SUÉDOIS

I. LES ORIGINES DU MASSAGE SUÉDOIS

- historique et la place du corps dans la culture scandinave
- le massage suédois et la dimension socio culturelle

II. COMMENT ET À QUI S'ADRESSE CE TYPE DE MASSAGE ESTHÉTIQUE ?

- rappels anatomiques et physiologiques
- indications et contre indications du massage suédois
- définition de la sécurité de l'autre dans la pratique
- la posture, la respiration et la « juste pression » induisant un rythme spécifique et entraînant le « lâcher prise » progressif du corps et du mental

III. MISE EN SITUATION

- démonstration des manœuvres étape par étape
- pratique du massage suédois par les stagiaires dans la situation du « receveur » et du « donneur »
- auto évaluation des stagiaires
- réajustements des manœuvres par la formatrice
- mise en commun des réflexions du groupe de stagiaires suite aux pratiques

IV. ÉVALUATIONS

- réflexions du groupe autour de la mise en œuvre de ce soin dans les instituts respectifs de chacun
- identification des besoins de la clientèle
- définition d'une stratégie de vente
- comment faire évoluer ce massage vers un autre type de soin ?
- évaluations des intervenants par les stagiaires