

Le amma assis

Durée de la formation : 2 jours

Tarifs de la formation à domicile : 550€

Tarifs de la formation dans notre centre (la madeleine 59110) : 500€

Définition

"AMMA" signifie "calmer par le toucher". Dérivé du shiatsu, le amma-assis est un art traditionnel japonais d'acupression vieux de 1300 ans.

Souvent utilisé pour gérer le stress en entreprise, le massage Amma assis ou Amma sur chaise, attire de plus en plus de praticiens en massage.

Une séance dure environ 15 à 30 minutes. La chaise employée pour ce massage suscite toujours de la curiosité et donne souvent envie, même aux plus réfractaires. Le massage est rapide, la personne reste habillée, ce soin constitue donc un excellent moyen pour faire découvrir les bienfaits du massage en peu de temps.

Le kata (protocole du massage) permet de stimuler la plupart des *méridiens énergétiques*, mais il reste néanmoins surtout une technique de relaxation puissante et très efficace qui peut se pratiquer aussi bien en entreprise qu'à domicile ou en institut

Déroulement du cours

- Théorie générale du massage

- Connaissance théorique du shiatsu
 - Extraits de médecine chinoise
 - Étude des méridiens (trajets, points d'acupuncture digitale)

- Repérage des points de pression

- Questions / Réponses

- Passage à la pratique
- Installation du client sur la chaise de massage
- Spécificité de chaque partie du corps
- Pratique par séquence de quelques enchainements

- Evaluation par séquence
- Evaluation complète en fin de module

SAVOIR-FAIRE

1. Intégrer les postures propices à un massage de qualité et à la santé future du masseur.
2. Installation du client réglage de la chaise de massage
3. Maîtriser les gestes de base du massage : pétrissage, lissage, étirements, points de pression, balayage
4. Apprendre le massage par partie du corps
5. Utiliser différentes parties du corps pour masser
6. Suivre les précautions d'usage, s'adapter à la morphologie du client
7. Créativité et intuition

SAVOIR-ETRE

1. Gérer les remontées émotionnelles
2. Respect du client
3. Se préparer avant : tenue, accueil, ambiance, huiles de massage...
4. Conclure et accompagner après