

## CALIFORNIEN-SUEDOIS

- Un peu d'histoire
- Présentation du Massage Californien
- Présentation du Massage Suédois
- Les Bienfaits psychologiques et physiologiques
- Les contre-indications
- Mouvements et gestes de base
- PROTOCOLE CALIFORNIEN-SUEDOIS
- Réaliser une séance complète
- Préparation du Praticien
- Se centrer
- La présence
- Pierres chaudes
- Equilibre de la relation Praticien-Receveur
- Entretien préséance : écoute active, espace intime
- Préparation du lieu de massage
- Lecture émotionnelle du corps
- La mémoire corporelle : notion de décharge émotionnelle
- Le toucher : histoire et psychologie, connaissance de soi et autrui
- Les muscles principaux
- Le squelette : l'essentiel
- La peau : structure
- Vers une juste écoute : notion de croyances limitantes, écoute active
- Votre préparation pour le stage pratique