Massage Amma (massage assis du dos)

Formez vous à un massage différent !



Formation continue

Que vous soyez professionnel en activité, curieux ou passionné par un domaine, formez-vous avec notre Formation Continue tout au long de votre vie !

Amma est un massage assis du dos qui signifie littéralement "calmer par le toucher". L'objectif principal du massage Amma est de restaurer un état de bien-être et de le conserver. Il s'exerce par des pressions rythmées des pouces et des mains sur des points spécifiques (tsubos), des mobilisations (étirements) et des percussions. Le Amma agit à la fois sur les muscles, les articulations et les méridiens (canaux où circule l'énergie vitale en médecine traditionnelle chinoise).

PROGRAMME :

- **Protocole**
  - Historique
  - Rappel anatomie du dos
  - Apports du massage Amma
  - Méridiens et blocages énergétiques
  - Rôle de chaque manœuvre du massage
  - Connaissances des contres indications générales et spécifiques aux massages
  - Hygiène et sécurité
- **Pratique**
  - Etude des différentes techniques du massage Amma (massage complet et massage du dos)
  - Enchaînement des différentes phases du massage
  - La posture du thérapeute, les bons gestes, la bonne pression, le bon rythme

Notre formatrice : Madame Antonella Troiani
Formatrice au Centre de Qualification Professionnelle pour différents workshops dans le domaine du bien-être et de l'esthétique et plus particulièrement du massage. J'ai suivi toutes les formations qui me semblaient utiles pour atteindre mon but et pouvoir exercer. Je suis coach bien-être, réflexologue plantaire, massothérapeute et esthéticienne (diplôme de l'état).

objectif

En fin de formation, vous serez capable de proposer à vos clients, au choix, un massage AMMA complet (1h00) et un massage du dos (30 min.) de manière professionnelle, tout en donnant et en partageant des énergies positives. Et comme il se pratique habillé, vous pourrez donc aisément le proposer en entreprises et ajouter une corde supplémentaire à votre arc.

Détails sur la formation:

Public cible

Cette formation est ouverte aux esthéticiens/esthéticiennes, masseurs/masseuses, aides-soignants/aides-soignantes, infirmiers/infirmières... ou toute personne ayant les connaissances de base en massage de bien-être.

DETAILS SUR LA FORMATION

Attestation de participation

Prix: 299 €

Durée: 15h00

Dates:
• 06/11 - 20/11 et 27/11/2026
• 03/04 - 10/04 et 17/04/2027
Horaire : de 10h00 à 15h30
Lieu : efp - 292b Rue de Stalle - 1180 Uccle

Places: Min. 6 - Max. 14

CONDITIONS D'ADMISSION

Des connaissances de base en massage bien-être sont un plus pour bien suivre la formation.
Matériel :
Tenue de sport souple et près du corps (pas de training ou vêtement large), 2 essuies (1 petit et 1 grand)

Le coût de la formation est à payer à l'inscription.

Vous êtes apprenant(e) ou vous avez déjà suivi une formation continue à l'efp dans l'année en cours ?
Envoyez vos coordonnées par mail à fc@efp.be avant de vous inscrire pour découvrir si vous pouvez bénéficier d'une réduction.