

FORMATION POWER BACK ENERGETIC

Le Power Back Énergétic C'EST QUOI ? POUR QUI ?

Un massage détente du dos basé sur des lissages, pressions, étirements, foulages sur plusieurs zones qui permet cette détente du dos dans sa globalité.

Le massage permet de dénouer toutes les tensions qui se trouvent dans le dos. Il aide également à détendre les muscles et à soulager les courbatures ainsi que les contractions.

Hormis le fait qu'il améliore la circulation, un massage du dos permet également d'améliorer le sommeil et d'oxygéner son corps.

Par ailleurs, en bénéficiant d'une circulation sanguine plus performante, la personne aura une peau plus souple et revigorée.

Les bienfaits de cette pratique n'agissent pas uniquement sur le dos mais aussi sur le reste du corps. Elle aide à calmer et apaiser la personne tout en augmentant sa capacité respiratoire.

Le massage du dos agit également sur le système digestif en améliorant la digestion et en réduisant le risque de constipation. Un massage du dos efficace contribue à améliorer la posture et le maintien tout en ressourçant le dos d'énergies nouvelles. Le dos constitue un pilier pour le corps humain. Certains facteurs comme le fait de se mettre en position statique trop longtemps ou de s'asseoir en sédentarisme entraînent l'accumulation de tension au niveau de celui-ci. Il en est de même pour l'adoption d'une mauvaise posture au quotidien ou le port de chaussures à talon haut.

Le massage du dos est donc indispensable pour mettre fin aux différents maux dont souffre en permanence notre dos. Dénouer les tensions. Dénouer les blocages énergétiques Détendre les muscles dorsaux. Soulager les courbatures et contractions. Oxygéner le corps et de stimuler la circulation sanguine. De favoriser un bon sommeil. Lutter contre le stress et la fatigue
Massage du dos : pour quels bienfaits ? Le massage du dos permet de : C

CONTRE INDICATIONS

Il n'est pas conseillé voire il est interdit d'opérer un massage du dos sur une personne présentant des inflammations des articulations ou des maladies relatives aux os et au squelette. Le massage du dos est une source de détente et de bien-être. Les précautions à prendre Le massage du dos ne nécessite pas la prise de précautions particulières si le massé est en bonne santé. Il faut cependant faire attention aux vertèbres. Le mieux est de se faire masser par un professionnel ou d'éviter d'y toucher pendant le massage.

Formation sur une demi-journée à prix tout doux : 125€

A la suite de la formation vous aurez un certificat de Praticien(ne) de la technique, des vidéos pour vous entraîner et un accès illimité à un groupe Telegram vous permettant de poser toutes vos questions, télécharger vos vidéos et de beaux visuels pour votre publicité.

Vous aurez la possibilité de revenir également à une prochaine session pour vous entraîner gratuitement.