



MASSAGE THÉRAPEUTIQUE

BASSIN-LOMBAIRES

Objectif du cours

Lors de ce stage nous apprendrons à travers différentes techniques de massage, comment libérer un bassin, une hanche, une sacro-iliaque, quelles pourraient être les différentes causes des lombalgies, des sciatalgies. Sur quelles structures peut-on être particulièrement efficace en massage ?

Prérequis

Initiation au massage classique ou équivalent.

A la fin du cours, vous serez capable de :

- Citer les différentes causes de lombalgies
- Faire la différence entre lombalgie, sciatalgie, sciatique
- Tester un bassin pour voir s'il est déséquilibré
- Localiser et masser les structures ligamentaires du bassin
- Localiser et masser le piriforme, le psoas, le carré des lombes, le diaphragme.

Durée

8 heures

Programme

- Repérage et massage du piriforme.
- Crochetage du psoas.
- Techniques sur le carré des lombes.
- Détente manuelle du diaphragme.
- Travail ligamentaire sur le bassin.
- Approche sur la dure-mère.

Méthodes pédagogiques

20% apports théoriques et 80 % de travail pratique en groupe et sous-groupe.

L'accent est mis sur les échanges et les interactions entre les apprenants.

Apports théoriques

Démonstrations

Exercices pratiques guidés

Exercices pratiques de manière autonome et en binôme

Questions réponses / débats

Moyens pédagogiques

- Support de cours / livres / photos de dissection
- Exercices pratiques

Formatrice

Katia Abbondanzieri

Voir le lien sur le site

Lieu : Ecole Gedane Sàrl, Côtes-de-Montbenon 30, 1003 Lausanne.

Dates

Voir sur le site

Horaire : 9h00 à 18 h00

Prix

Voir sur le site

Équipements nécessaires à la pratique

Apporter une tenue confortable et un linge ainsi qu'un drap housse pour couvrir la table de massage

Formulaire d'inscription

Se trouve sur le site internet