

DESCRIPTION DU MASSAGE BIEN-ÊTRE AMMA ASSIS

Le Anma au Japon est apparu il y a environ 1300 ans. Il est une approche énergétique basée sur les principes de la Médecine traditionnelle japonaise d'acupression. Il était à l'époque pratiqué au sol ou sur un tabouret. Le terme "Amma" est une déformation occidentale du terme "Anma". Le massage Amma assis a vu le jour aux États-Unis au début des années 1980 grâce à David Palmer qui est comme le "père" du massage assis dans le monde. Il est aussi le concepteur de la chaise ergonomique de massage. La personne qui reçoit le Amma reste habillée, assise confortablement sur une chaise ergonomique. Il est sans danger, rapide, pratique et efficace en un minimum de temps (entre 15 et 25 min). Il se pratique sur le dos, bras, mains, nuque et tête. Idéal pour les massages en entreprise.

Au cours de cette formation, vous apprendrez, séquence par séquence, un protocole de massage complet de 20 min.

LES BIENFAITS

Idéal contre le stress, le Amma Assis est une pratique essentielle dans un programme de bien-être au travail. Le massage au bureau est une attention apportée aux équipes et l'un des outils à disposition pour améliorer le bien-être des salariés. L'atout du massage en entreprise est qu'il favorise le lien social, la créativité, il relaxe et lutte ainsi contre un mal très répandu dans les bureaux et le monde du travail : le stress.

LES POINTS FORTS DE LA FORMATION

- Formation certifiante reconnu par le label qualité de formation professionnel l'État : QUALIOP1
- Formatrice avec une solide expérience en massage dans différents Hôtel Spa 4 et 5 étoiles
- Pas de date fixe en groupe pour faire votre formation, Pas de diplôme minimum pré-requis
- Une formation à suivre depuis chez vous, en individuel, vous n'avez pas besoin de vous déplacer
- Possibilité de concilier son travail avec la formation et vous travaillez à votre rythme, la formation s'adapte à vous
- Des heures aménagées si vous avez des impératifs
- Un contenu riche en informations et enseignements, sérieux et complet
- Un support de cours remis où chaque manœuvre est détaillé comme si vous étiez sur place
- Matériel à disposition pendant la formation, table, huile, serviette, sous-matelas chauffant, coussins, produits nettoyant...
- Une Attestation de suivi de formation sera remise à l'issue de la réussite de l'évaluation (si votre protocole ne s'avérait pas satisfaisant, vous avez la possibilité de repasser l'épreuve gratuitement)
- Des ressources pédagogiques à disposition
- Suite à la formation vous vous entraînez afin de vous approprier le protocole en toute confiance (distribution d'un tableau d'entraînement)
- Vous recevez votre certificat de Praticien(ne) en Massage Bien-être à l'issue du tableau d'entraînement
- Disponibilité de la formatrice, même après la formation
- Si vous décidez d'approfondir votre pratique, vous bénéficiez un tarif préférentiel sur les prochaines formations

STATISTIQUE DE LA FORMATION

Ces statistiques ont été réalisées sur la base de 25 formations entre août 2020 et Janvier 2025 :

- La formation a-t-elle correspondu à vos attentes et vos objectifs ? : **Oui à 100%**
- Recommanderiez-vous les formations de Les Voyages de Malie ? : **Oui à 100%**
- Que pensez-vous du niveau des formations ? : **10/10 à 100%**