

## DESCRIPTION DU MASSAGE BIEN-ÊTRE SUÉDOIS

Le massage suédois est un massage sportif et un moyen efficace pour soulager en particulier les courbatures, mais également la tension musculaire et le stress. Ses techniques à base de percussions, frictions et pétrissages s'appliquent généralement sur les tissus du corps, les articulations, les tendons et les muscles. Pour cesser les courbatures une séance de massage suédois est la solution la plus rapide et la plus efficace.

Au cours de cette formation, vous apprendrez, séquence par séquence, un protocole de massage complet de 1h15.

## LES BIENFAITS

Il est dynamique, tonifiant, raffermi les muscles et les articulations, élimine les toxines, draine et soulage les douleurs musculaires et les courbatures et aide à la régénération et oxygénation des tissus.

## 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 pour vous accompagner dans vos révisions
- Chaque manœuvre est détaillé comme si vous étiez sur place
- Matériel à disposition, 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 20 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 94%**