



**INSTITUT DE FORMATION ELIXIR**

154, route de Seysses - 31100 TOULOUSE

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00028

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état*

---

## **MASSAGE TRADITIONNEL THAÏLANDAIS : SCIATIQUE ET LUMBAGO**

---

### PUBLIC CONCERNE

Tout public

### RESUME

Cette pratique de massage traditionnel Thaïlandais est une approche très intéressante et non intrusive pour soulager les douleurs musculaires, sciatique, lumbago ou hernie discale. C'est une pratique douce et rythmée par des petits mouvements vibratoires ou d'étirements répétés sur l'ensemble du corps. Cette technique a un triple effet, celui de relaxer, d'équilibrer et de diminuer les douleurs voire de les faire disparaître en prenant en compte le corps dans sa globalité.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Permettre aux participants :

- D'acquérir les connaissances et les pratiques permettant d'apporter un soulagement rapide
- D'utiliser de nouveaux outils et techniques spécifiques et les mettre en pratique auprès des patients
- De s'interroger sur ses pratiques professionnelles actuelles et d'intégrer de nouvelles méthodes thérapeutiques.

### DEROULEMENT

#### **JOUR 1 DE 9H A 12H30**

Identifier les attentes des participants liées à leur pratique professionnelle.

- Présentation de la méthode et localisation des points associés à la sciatique et au lumbago
- Contre-indications
- En binômes, mise en pratique des mouvements de détente, d'étirements pour rééquilibrer les énergies du corps



## INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

154, route de Seysses - 31100 TOULOUSE

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00028

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état*

---

*Repas en groupe et échanges : 12h30-14h*

---

### JOUR 1 DE 14H A 17H30

- Révision des techniques apprises le matin
- Pratique en binômes du massage
- Apprentissage des techniques de détente.
- Bilan de la formation

#### EVALUATION DES CONNAISSANCES ET PRATIQUES

- Observation par l'intervenant des participants pendant les pratiques pour s'assurer de la bonne assimilation des techniques
- Questionnaire de satisfaction écrit pour vérifier que les besoins des participants aient été respectés et quelles actions d'amélioration peuvent être mises en œuvre
- Evaluation orale pour améliorer le contenu de la formation, le support écrit, le déroulement ou les thèmes abordés (propos retranscrits sur une fiche formateur)
- Temps d'échange oral avec le formateur pour :
  - S'assurer que les attentes des participants aient été entendues
  - Vérifier que tous les points exposés dans le programme aient été traités
  - Être à l'écoute des actions que l'organisme peut mettre en place pour améliorer la pratique professionnelle
  - Répondre à d'éventuelles questions sur le contenu de la formation.

#### RECOMMANDATIONS

Drap de bain et tenue souple et confortable.

#### MATERIEL PEDAGOGIQUE

Tables de massage / coussins

#### METHODES PEDAGOGIQUES

- Les apports théoriques sont abordés grâce aux supports pédagogiques complets avec tous les mouvements détaillés en photos
- Possibilité de filmer les manœuvres durant la formation
- Pratique en binômes des différentes techniques abordées



## INSTITUT DE FORMATION ELIXIR

154, route de Seysses - 31100 TOULOUSE

Tél : 06 09 57 37 32

Organisme n° 73310739631 – Siret : 802 701 797 00028

*Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état*

### FOURMATEUR

**Pascal GOMME**

Formé en Thaïlande :

Ecole Wat po à Bangkok : formation réflexologie plantaire Thaïlandaise

Ecole Sunshine massage school à Chiang mai : formation massage traditionnel thaïlandais et fasciathérapie

Ecole Blue Garden à Chiang mai : formation Chi Nei Tsang

Ecole traditionnelle à Udon Thani : formation massage traditionnel thérapeutique utilisé par les médecins locaux

Formé en France :

Formation à Sorèze de Tai Chi et Qi Gong traditionnels

Psychothérapie Taoïste à Paris

### DURÉE ET HORAIRES

1 journée présentielle de 9h à 12h30, soit un total de 7h de formation.

### ACCESSIBILITE

Le Riad des 3 palmiers est accessible aux personnes porteuses d'un handicap.

Veuillez nous contacter pour adapter le contenu et le déroulement de la formation.

### TARIF

245€/personne (repas de midi inclus pendant la formation)

### PERSONNE A CONTACTER

**Christel RICHARD - Responsable pédagogique**

accueil@formationselixir.com

06 09 57 37 32