

Formation au massage TUINA en médecine traditionnelle chinoise - 1^{er} degré Anmobu

Enseignante : Isabel GRÉGOIRE

Technique du Tuina : TUI signifie pousser et NA la saisie.

Ce massage se pratique à l'aide d'un carré de coton, appelé « anmobu », qu'on place entre les mains du masseur et la personne qui reçoit le massage.

Cette technique anmobu permet de créer un contact confortable et doux, tout en massant profondément le corps sans créer de gêne, cela présente aussi un avantage auprès des personnes pudiques ne souhaitant pas la nudité.

Le Tuina est énergisant et thérapeutique, il consiste à éliminer le Bin Qi (énergie perverse), il peut également constituer un excellent massage de bien-être et apporter une relaxation profonde.

Une séance dure entre 30 minutes et 1h30 suivant les effets recherchés.

1. Objectifs :

- Acquérir les notions théoriques et pratiques indispensables à la pratique du Tuina.
- Insérer dans sa pratique une nouvelle technique de massage et diversifier sa qualité du toucher et sa relation au public concerné.
- Maîtriser, à l'issue de la formation, l'enchaînement des gestes principaux pour un massage général pour apporter un bien-être.

2. Public :

- Praticiens ou étudiants en médecine, ou tout personnel des métiers paramédicaux : infirmières, kinésithérapeutes, ostéopathes etc.
- Tout praticien de massage désirant acquérir de nouvelles techniques.
- Toute personne souhaitant s'initier aux massages et ayant l'envie de masser.
- Professionnels de pratiques corporelles : Danse, arts martiaux ...

3. Programme :

Environ 60h de formation répartie sur 4 sessions de 2 jours

- Apprendre les 6 gestes fondamentaux :

Pousser/pétrir/arranger/presser/saisir/ percuter.

- Pratiquer la mise en mouvement de la force vibratoire par des exercices appropriés.
- Étudier les canaux d'énergie ainsi que les tendino-musculaires où en rappeler la localisation. Les méridiens de la vessie et de la vésicule biliaire etc.
 - Intégrer la posture corporelle adéquate.
- Repérer les zones de blocages de la circulation sanguine et énergétique.

Toutes les sessions de formation débutent par une demi-heure de pratique qi gong pour assouplir les mains, renforcer les bras et les jambes.

4. Modalités :

- Groupes de 4 à 6 personnes
- 3 sessions de 2 jours et une session d'un we pour le perfectionnement

Les sessions ont été réparties de la manière suivante :

- Module 1 Tuina : 15 et 16 octobre / 12 et 13 Novembre / 10 et 11 Décembre 2022 Perfectionnement 21 et 22 Janvier 2023
- Module 2 : Pose des ventouses : 26 et 27 Novembre 2022, **ce module s'adresse uniquement aux personnes ayant déjà pratiqué le module 1 ou au praticien de MTC**
- Réflexologie plantaire chinoise : 25 et 26 Février 2023

A l'issue des formations, un certificat de formation vous est remis.

5. Conditions financières :

- Module 1+ perfectionnement : 880€ + 20€ d'adhésion annuelle à l'association. Possibilité de paiement en 4 ou 5 chèques.

- Module 2 et réflexo plantaire : 250€ le weekend

6. Lieux :

- Atelier d'Art Corporel : 60, rue Puvis de Chavannes 13002
MARSEILLE.

7. Infos pratiques :

Les horaires sont :

Samedis 10h à 17h30 pause repas de 1h30.

Dimanche 9h30 à 16h30 pause repas de 1h30 les pauses sont aménagées en fonction de l'avancement du travail.

De nombreux restaurants sont à proximité du lieu de stage.

L'Ecole d'Art Corporel se situe à une station de métro de la gare Saint-Charles. Arrêt de Tram Sadi-Carnot

Bien cordialement à vous.

Contact : 06 89 27 65 84

Enseignante Isabel Grégoire / isabel@coledartcorporel.com