PROGRAMME 2008-2009



MAXAM formation

Un savant qui a tout vu ne vaut pas
quelqu'un qui a fait une chose de ses mains.
Proverbe chinois

Le massage, une fenêtre sur soi

Chers Amis,

C'est avec un immense plaisir que je vous présente notre catalogue de formations pour la saison 2008-2009. Cette année encore, vous y découvrirez de nombreuses nouveautés : l'envoûtant massage tibétain aux bols chantants, le vigoureux massage kalari, le précieux massage indien de la femme enceinte, le gracieux lomi-lomi, deux massages japonais aux pierres chaudes… entre autres.



Que vous soyez parfait débutant, amateur, en reconversion, professionnel ou masseur expérimenté, MAXAM vous propose une vaste de gamme de massages traditionnels asiatiques. Vous souhaitez vous spécialiser, vous diversifier ou élargir vos compétences avec des techniques complémentaires : vous trouverez ici des formations adaptées à vos objectifs. Découverte, initiation, perfectionnement, plusieurs niveaux d'approche vous sont offerts.

Je vous souhaite la réussite de tous vos projets. Et surtout, je vous invite à participer activement à la paix dans le monde en répandant autour de vous le plus de bien- être possible.

Eric Coiho BAH
Directeur

Photos : Fotolia, Maxam

MAXAM
+33 1 44 51 14 75
34 bis rue Vignon 75009 Paris
www.maxam.cc
formation@maxam.cc

Organisme de formation n° 11754212975

Sommaire

Revue de presse	4	Massage aux Pierres Chaudes *	29
Références	4	Siro Abhyanga *	30
Témoignages	4	Ito-Thermie *	31
L'équipe Enseignante	5	Schirotchampi	32
Mode d'Emploi	6	Massage Indien du Visage	33
Cursus Chine *	8	Vibrations Japonaises *	34
Cursus Ayurvéda *	9	Kobido	35
Cursus Japon *	10	Dien Cham *	36
Cursus Spa *	11	Réflexologie Plantaire	37
Initiation à la Médecine Chinoise	12	Massage Japonais des Pieds	38
Initiation à l'Ayurvéda	13	Massage Japonais des Mains	39
Pratiques de Santé Chinoises *	14	Lifting Manuel	40
L'Energie du Masseur	15	Tuina Minceur	41
Massage Thai Traditionnel Niveau 1	16	Lomi Lomi *	42
Massage Thai Traditionnel Niveau 2	17	Massage Tibétain aux Bols *	43
Massage Balinais	18	Initiation au Jin Shin Jyutsu *	44
Massage Ayurvédique Abhyanga	19	Massage de la Femme Enceinte *	45
Relaxation Coréenne	20	Formations Intra-Entreprise	46
Massage Kalari Sukha *	21	Certification	47
Tuina du Dos *	22	Conditions Générales	48
Qi Nei Zang	23	Bulletin d'Inscription	49
Massage Thaï du Visage *	24	Ateliers	50
Massage Thaï à l'Huile	25	Arts Corporels	51
Shiatsu du Visage	26	Partenaires	52
Shiatsu	27	Calendrier	53
Visage aux Pierres Chaudes *	28	Index Thématique	54

** Nouveauté*

Revue de Presse

psychologies magazine

Pour s'initier aux différentes techniques ou simplement se perfectionner.

les nouvelles esthétiques spa

Pour approfondir ou parfaire vos techniques et connaissances des arts traditionnels asiatiques.

côté santé

Tout les secrets d'un massage réussi.

ELLE

Apprenez les techniques des pros pour offrir à vos proches des séances de relaxation.

LEXPRESS

Bientôt, vos proches ne pourront plus se passer de vos mains agiles.

Femme Actuelle

Au programme : toutes les techniques et les gestes de la tête aux pieds.

NOUS PARIS

Vous apprendrez les secrets du toucher.

ATMOSPHÈRES

Pour devenir une pro du massage.

Références

- Aromasphère (Vichy)
- Biotherm
- Chanel Parfums Beauté
- Decléor
- Mille et Un Bien-être (Lyon)
- L'Oréal Luxe
- Spa Anne Sémonin (Moscou)
- Spa Suite 23 (Nancy)
- Thalasso Miramar Crouesty (Bretagne)

Témoignages

« J'ai trouvé l'institut Maxam à la fois très professionnel, mais aussi personnel. C'était une journée très agréable et j'ai beaucoup appris. C'était un moment privilégié, unique ! » Lovisa.

« Dans un cadre magnifique et une ambiance chaleureuse, les formations de Maxam sont enrichissantes et de qualité. » Noël-Stéphane.

« Je suis heureuse d'avoir participer à cette formation. Merci à toute l'équipe et à bientôt. » Emmanuelle.

L'Equipe Enseignante

Carole



Formée aux Etats-Unis et à Hawaï, où elle a vécu, Carole est l'une des meilleures expertes du massage Lomi Lomi en France.

Champaka



Champaka suit depuis plus de dix ans l'enseignement en Ito-Thermie du Maître Kohrogi San.

Christine



Christine vit la moitié de l'année à Bali où elle se ressource et dirige une société internationale de conception de spa.

David



Professeur d'arts martiaux et coach sportif, David a été l'élève du maître de shiatsu historique Shizuto Masunaga.

Eric



Diplômé en médecine manuelle chinoise, Eric s'est aussi perfectionné en Thaïlande aux côtés de Chongkol Setthakorn.

Hans



Réclamé partout dans le monde, Hans est le spécialiste européen du massage tibétain aux bols chantants.

Jean-Marie



Sophrologue, Jean-Marie forme depuis 20 ans aux Vibrations Japonaises. Il est dans cette discipline le plus expérimenté en activité.

Karen



Formée en Thaïlande au massage thaïlandais traditionnel et à la réflexologie, Karen masse depuis bientôt dix ans.

Louise



Diplômée en médecine traditionnelle chinoise (tuina, acupuncture, pharmacopée), Louise s'est spécialisée en cancérologie.

Nathalie



Nathalie enseigne le Jin Shin Jyutsu en Europe depuis plus de dix ans. Elle est l'une des principales enseignantes de cette discipline.

Mode d'Emploi

Chaque formation de la brochure est présentée par une fiche qui vous donne les renseignements essentiels. Une fiche est divisée en trois parties : l'en-tête [A], le corps [B] et la marge de droite [C]. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous téléphoner au 01 44 51 14 75 ou à nous interroger par e-mail à formation@maxam.cc.



En-tête

[A1] L'intitulé du stage. Ecrivez-le mot pour mot dans votre bulletin d'inscription
[A2] L'accroche. Elle résume le stage.
[A3] Les pictogrammes. Ils donnent des indications sur la tenue, le support, la pression, etc. (voir légende ci-contre).
[A4] La durée du soin. C'est la durée optimale selon le protocole. Dans certains cas, vous pourrez adapter ce temps, à la hausse ou la baisse, pour votre pratique personnelle. Les indications vous seront alors données durant le cours. Lorsque la formation ne porte pas sur la pratique vous trouverez la mention « Cours théorique ».
[A5] Le niveau de difficulté du stage : facile, moyen, difficile (voir légende ci-contre).
[A6] La durée de la formation. Attention certaines formations se font en discontinu.
[A7] Le tarif en Euros. Le prix indiqué correspond au prix net.

Corps de la fiche

[B1] Introduction. Ce paragraphe présente l'historique du soin.
[B2] Les principes. Ici sont décrits brièvement les principes sur lesquels s'appuie le massage.
[B3] Les bienfaits. Une petite liste non exhaustive des bienfaits du soin vous est présentée.
[B4] Les objectifs de la formation. C'est un résumé de ce vous devriez acquérir.
[B5] Le programme du stage. Voici un extrait des sujets abordés.

Légende


usage de matériel ou d'accessoires


cours sur table


utilisation d'huile


cours sur futon


tenue habillée

adaptation possible sur un autre support


tenue dénudée


pression
douce appuyée
modérée très appuyée

Niveau de difficulté
facile moyen difficile

Marge de droite

[C1] L'ardoise. Elle attire votre attention sur une information particulière.
[C2] Les dates du stage. Les formations sont toujours programmées entre le lundi et le vendredi.
[C3] La langue. Elle n'est précisée que si le cours est donné dans une langue étrangère.
[C4] Le prix du matériel. Du matériel peut être nécessaire. Le coût en est donné à titre indicatif et peut varier. Il n'est pas obligatoire de l'acheter chez Maxam.
[C5] Les horaires. Une journée représente 6 heures de cours. Comptez 1h30 de pause pour le déjeuner.
[C6] Le nombre de participants maximum.
[C7] L'esprit du module en images (photos non contractuelles).

** nouveau*

Cursus Chine

Praticien spécialisé en soins chinois

Pratique 22 jours

3.564 €

Ce cycle vous ouvre l'univers de la médecine chinoise millénaire. Il fera de vous un masseur de spa spécialisé et crédible. Vous pourrez ainsi avantageusement conseiller vos clients, les fidéliser et augmenter votre notoriété.

Cycle à l'année

Les modules qui constituent ce cursus ont été choisis pour vous offrir une vaste vision des pratiques de bien-être chinoises dans un but professionnel. Lorsque plusieurs sessions sont proposées pour un module, vous pouvez choisir vos dates en toute liberté.

Dans l'Empire du Milieu

Dans l'*Initiation à la Médecine Chinoise*, vous aborderez les fondements théoriques. Le module *Pratiques de Santé Chinoises* vous donnera tous les outils pour conseiller votre clientèle sur l'hygiène de vie. Avec le *Tuina du Dos*, la *Réflexologie Plantaire* et le *Qi Nei Zang*, vous serez initié à des massages aux multiples bienfaits. L'esthétique n'est pas oubliée grâce au *Tuina Minceur* et au *Lifting Manuel*. Enfin, l'*Energie du Masseur* vous dévoilera les secrets des professionnels pour se protéger.

du lundi au vendredi

2008-2009

payable en
10 mensualités

9h-16h30
12 personnes

Programme

• Initiation à la Médecine Chinoise	1 jour	page 12
• Pratiques de Santé Chinoises	2 jours	page 14
• Tuina du Dos	3 jours	page 22
• Réflexologie Plantaire	2 jours	page 37
• Qi Nei Zang	3 jours	page 23
• Tuina Minceur	3 jours	page 41
• Lifting Manuel	3 jours	page 40
• L'Energie du Masseur	5 jours	page 15



** nouveau*

Cursus Ayurvéda

Praticien spécialisé en soins ayurvédiques

Pratique 19 jours

3.078 €

Découvrez l'un des pans les plus importants de la médecine ancestrale ayurvédique : le massage. Et devenez, grâce à cette solide formation, l'un de ces masseurs spécialisés dans les soins ayurvédiques que recherchent les meilleurs établissements.

du lundi au vendredi

2008-2009

payable en 10 mensualités

9h-16h30

12 personnes

Formation aux long cours

Ce cursus vous propose, sous forme de modules, les soins ayurvédiques les plus demandés aujourd'hui en spa. Lorsque plusieurs sessions sont proposées pour un module, vous pouvez choisir les dates qui vous conviennent.

100% à l'huile

Un module théorique, *Initiation à l'Ayurvéda*, pour pénétrer le monde des soins ayurvédiques. Des massages variés pour la pratique : deux massages du corps (*Abhyanga* et *Siro Abhyanga* aux tampons chauds), des massages du visage, de la tête, des jambes*, des pieds*, le massage prénatal. Et enfin, l'*Energie du Masseur* pour apprendre les secrets que les professionnels utilisent pour rester en forme.

Programme

• Initiation à l'Ayurvéda	1 jour	page 13
• Massage Ayurvédique Abhyanga	3 jours	page 19
• Siro Abhyanga	3 jours	page 30
• Massage Indien du Visage	1 jour	page 33
• Shirotchampi	2 jours	page 32
• Massage Indien de la Femme Enceinte	3 jours	page 45
• Massage des Jambes Pagatchampi *	½ jour	28.11.2008
• Massage des Pieds au Bol Kansu *	½ jour	28.11.2008
• L'Energie du Masseur	5 jours	page 15

** En exclusivité pour ce cursus.*



** nouveau*

Cursus Japon

Praticien spécialisé en soins japonais

Pratique 21 jours
3.402 €

Voici un cycle dédié aux adeptes du shiatsu qui veulent explorer les différentes ramifications qu'offrent les soins japonais. Une spécialité que peu de praticiens peuvent revendiquer.

du lundi au vendredi
2008-2009

payable en
10 mensualités

9h-16h30
12 personnes

Une formation modulaire

La complémentarité qui existe entre chacun des modules qui constituent ce cursus vous apportera à chaque fois un éclairage différent sur la vision japonaise de la santé. Choisissez vos dates chaque fois que cela est possible.

Au Pays du Soleil Levant

Le *Cursus Japon* vous met dans les mains l'éventail des techniques japonaises de bien-être qui font l'unanimité : le shiatsu traditionnel, bien-sûr, fleuron des massages japonais, mais aussi des massages du visage, des mains et des pieds, ainsi que le divin massage aux pierres chaudes. Vous compléterez votre formation professionnelle par le module l'*Energie du Masseur*, enseignement unique au cours duquel vous apprendrez à maintenir votre énergie au sommet.



Programme

• Shiatsu	5 jours	page 27
• Massage des Mains	2 jours	page 39
• Massage des Pieds	2 jours	page 38
• Kobido	2 jours	page 35
• Shiatsu du Visage	2 jours	page 26
• Massage aux Pierres Chaudes	3 jours	page 29
• L'Energie du Masseur	5 jours	page 15

** nouveau*

Cursus Spa

Praticien de spa polyvalent

Pratique — 39 jours — 6.318 €

Le *Cursus Spa* est conçu pour ceux qui veulent se donner toutes les chances de trouver un emploi dans les meilleurs spas ou élargir notablement leur clientèle.

Le cours des grands

Ce cycle long comprend les massages les plus demandés aujourd'hui par la clientèle des spas et des hôtels de luxe : des massages à l'huile, habillés, avec accessoires, ou spécialisés sur certaines parties du corps.

Eclectisme

Outre les stages pratiques, vous suivrez des enseignements théoriques sur la médecine chinoise et l'ayurvéda, les deux piliers de la santé asiatique. Et bien sûr, vous acquerrez grâce au module l'*Energie du Masseur* tout ce qu'il faut savoir pour être un masseur performant.

du lundi au vendredi
2008-2009

payable en
10 mensualités

9h-16h30
12 personnes

Programme

• Initiation à la Médecine Chinoise	1 jour	page 12
• Initiation à l'Ayurvéda	1 jour	page 13
• Massage Thaï Traditionnel niveau 1	10 jours	page 16
• Massage Ayurvédique Abhyanga	3 jours	page 19
• Siro Abhyanga	3 jours	page 30
• Lomi Lomi	4 jours	page 42
• Shiatsu	5 jours	page 27
• Massage aux Pierres Chaudes	3 jours	page 29
• Réflexologie Plantaire	2 jours	page 37
• Kobido	2 jours	page 35
• L'Energie du Masseur	5 jours	page 15



(Cursus : Chine, Spa)

Initiation à la Médecine Chinoise

Comprendre l'énergie

Théorie 1 jour

180 €

C'est grâce aux missionnaires jésuites que l'occident découvre au XVI[e] siècle la médecine traditionnelle chinoise vieille de plusieurs milliers d'années. Longtemps réduite chez nous à l'acupuncture, cette médecine voit en l'homme un élément indissociable de l'univers.

les clefs du yin et du yang

Tout est cyclique

Au-delà de la guérison, la médecine chinoise vise à maintenir un équilibre à l'intérieur de l'organisme en relation avec le cosmos et dans le respect des cycles. C'est à travers le réseau complexe des méridiens que s'établit la communication entre les différentes parties du corps.

lundi 16 février **2009**

9h-16h30

12 personnes

Tout se tient

Ce cours vous permettra de comprendre ce qu'est la santé selon la médecine chinoise et les solutions qu'elle propose pour la préserver. Une vision qui dépasse largement les simples notions de physiologie et d'anatomie pour offrir une conception de l'univers basée sur les correspondances et l'interdépendance.



Programme

- histoire
- l'homme et l'univers
- shen et jing
- le qi
- yin et yang
- les 5 éléments
- organes et entrailles
- méridiens
- le sang
- les liquides organiques
- causes des maladies
- méthodes de traitement

(Cursus : Ayurvéda, Spa)

Initiation à l'Ayurvéda

La science de la vie

Théorie	1 jour
	180 €

indispensable (vraiment !)

lundi 2 février
2009

9h-16h30
12 personnes

Né en Inde il y a plusieurs millénaires, l'ayurvéda, qui signifie en sanscrit « science de la vie », est à la fois une science, une philosophie et un art de vivre. L'ayurvéda regroupe des théories et des conseils pratiques aidant à se maintenir en bonne santé. C'est un enseignement complet pour constamment se rééquilibrer sur les plans spirituel, psychique et physique.

En lien avec le cosmos

La première théorie fondatrice de l'ayurvéda est la théorie des cinq éléments, les *mahabutha*, qui forment un concept énergétique, car pour l'ayurvéda, tout est énergie. La théorie des cinq éléments régit l'ensemble de la manifestation, le microcosme comme le macrocosme.

Les clefs de l'Ayurvéda

Grâce à ce cours, vous découvrirez les grands principes fondateurs de l'ayurvéda, l'un des plus riches systèmes de santé de l'humanité, fruit d'une sagesse ancestrale. Des connaissances indispensables pour aborder l'univers des massages ayurvédiques.

Programme

- histoire
- les 8 branches
- la santé selon l'ayurvéda
- les 5 éléments
- les 3 doshas
- les 7 dathus
- les 13 agnis
- les 3 malas
- questionnaire ayurvédique
- alimentation
- nadis et marmas
- massages



(Cursus : Chine)

* nouveau

Pratiques de Santé Chinoises

Secrets de jeunesse

Théorie 2 jours

360 €

des révélations

Influencé par le Taoïsme, le Bouddhisme et le Confucianisme, la Médecine Traditionnelle Chinoise s'est enrichie au fil des âges. Elle répond aux besoins curatifs, certes, mais elle met l'accent en amont, sur la prévention des maladies. Le Yang Sheng Fa est la méthode qui permet de rester en bonne santé physique et intellectuelle toute sa vie.

du lundi 30 mars
au mardi 31 mars
2009

9h-16h30
12 personnes

La santé au quotidien

Pour profiter d'une bonne vitalité et vivre longtemps, nous devons nous pencher sur notre alimentation, notre respiration, notre hygiène physique, ainsi qu'être attentifs à notre état d'esprit. C'est ce qu'enseigne le Yang Sheng Fa.

Longue vie

- meilleure conscience de soi
- regain d'énergie
- prévention de certaines maladies
- stimulation du métabolisme



Prenez votre santé en main

Nous aborderons en priorité les pratiques accessibles à notre quotidien. Grâce à ce cours, vous serez capable de prendre en main votre santé selon les principes de la médecine traditionnelle chinoise, en suivant la méthode Yang Sheng Fa.

Programme

- yin et yang
- le cycle des saisons
- activité et repos
- cultiver les 5 vertus
- diététique
- pharmacopée

(Cursus : Ayurvéda, Chine, Japon, Spa)

L'Energie du Masseur

Des racines et des ailes

Pratique — 5 jours — 900 €

Découvrez les techniques ancestrales que les masseurs orientaux utilisent pour préserver leur énergie. Longtemps gardées secrètes, ces pratiques sont désormais librement diffusées dans le monde.

mieux masser en se préservant

Les sources vitales

Au-delà de la technique, il y a l'Être. Parce que l'on masse bien plus avec ce que l'on est, qu'avec ce que l'on sait, tout masseur se doit, pour donner le meilleur de lui-même, de cultiver sa vitalité.

du lundi 22 juin
au vendredi 26 juin
2009

Corps et esprit

- amélioration de la concentration
- amélioration de l'écoute
- amélioration de la souplesse
- meilleure gestion de l'effort
- réduction de la fatigue
- purification intérieure

9h-16h30
8 personnes

Les 5 temps du masseur

Avant : l'échauffement et la méditation. Pendant : l'attention totale et le silence intérieur. Entre deux : se recharger par les techniques *flash*. Après : se libérer des énergies nocives. Toujours : renforcer sa résistance.



Programme

- yoga
- qi gong
- méditation
- dextérité
- magnétisme
- respiration
- échauffement
- hygiène de vie

(Cursus : Spa)

Massage Thaï Traditionnel niveau 1

L'âme du Siam

Soin 3h — 10 jours — 1.800 €

Né en Inde il y a 2.500 ans au sein de la médecine ayurvédique, le massage thaï, *Nuad Borarn*, est parvenu jusqu'en Thaïlande au gré des migrations du bouddhisme. Aujourd'hui il y est pratiqué tant en milieu hospitalier que dans les multiples instituts de massages qui fleurissent en ville.

L'alphabet du massage

Pressions, étirements, mobilisations, percussions se succèdent au cours d'un enchaînement structuré dans des postures qui rappellent les *asanas* du hatha-yoga et les pressions du shiatsu. Le corps, délié, retrouve sa place dans l'univers.

Source de longévité

- diminution du stress
- stimulation du système immunitaire
- regain d'énergie
- détente musculaire
- amélioration du sommeil
- souplesse et agilité

Thaï XXL

Formé au massage thaï style du nord, dans sa version intégrale de 3 heures, vous découvrirez pas à pas l'intelligence et le raffinement de ce joyau parmi les massages. La maîtrise d'une telle palette de gestes, précise et complète, vous donnera d'immenses facilités dans l'acquisition d'autres techniques. Pour finir, vous apprendrez à construire vos propres protocoles de 1h, 1h30 et 2h.

Programme

- anatomie élémentaire
- massage thaï et yoga
- lignes d'énergie
- techniques de pression
- postures de travail
- limites de mobilisation
- logique d'étirement
- fluidité des transitions
- agilité de déplacement
- gestion de l'effort

la version authentique

du lundi 20 avril
au vendredi 24 avril
ET
du lundi 11 mai
au vendredi 15 mai
2009

9h-16h30
12 personnes





Massage Thaï Traditionnel niveau 2

Le yoga à deux

Soin 3h — 5 jours — 900 €

Le cours de massage thaï de niveau 2 n'est accessible qu'aux personnes ayant suivi le cours de massage thaï de niveau 1.

Toujours plus loin

Cette formation vous permettra d'approfondir votre technique acquise au cours du premier niveau. Vous serez sensibilisé à la qualité du geste dans sa précision et sa profondeur. Pour la plupart des mouvements, vous étudierez des variantes à utiliser en fonction des capacités et des objectifs de votre client. Avec les techniques avancées vous aurez la possibilité de varier votre approche d'une séance à l'autre. D'autre part, les conseils de l'animateur vous aideront à vous sentir encore plus à l'aise dans les déplacements. Vous apprendrez à gérer votre effort avec souplesse pour préserver votre énergie et masser efficacement sans fatigue.

Passer par le réseau

Ce stage vous apportera une meilleure compréhension du réseau énergétique constitué, selon la médecine thaïe, par les *sen*. Vous pratiquerez ainsi un protocole différent pour chacun de ces canaux d'énergie afin d'y stimuler la circulation. Ce travail vous donnera une meilleure perception des processus physiologique, ostéo-articulaire et musculaire mis en œuvre dans le massage thaï. Vous apprendrez également les techniques de massage aux herbes.

Programme

- révision du niveau 1
- optimisation de l'effort
- variantes
- techniques avancées
- réseau énergétique
- massage suivant les *sen*
- préparation de baluchons
- massage aux herbes

du lundi 8 juin
au vendredi 12 juin
2009

matériel : 100 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



Massage Balinais

Sur l'île des dieux

Soin 1h15 — 3 jours — 540 €

Le massage balinais est un massage complet, à la fois doux et tonique, relaxant et énergétique, qui permet d'évacuer le stress, mais également de pénétrer son être intérieur.

Une connexion avec l'essentiel

Ce massage ancestral a pour but de reconstituer l'équilibre entre l'âme et le corps. On y trouve des manœuvres aussi variées que la digitopression, les étirements , le modelage, le lissage et l'effleurage. Utilisant une huile végétale associée à des huiles essentielles, le masseur effectue de longs mouvements appuyés qui améliorent la circulation.

Basses tensions

- assouplissement du tissu cutané
- assouplissement musculaire
- revitalisation et régénération
- dispersion des zones de tensions
- sculpture de la silhouette
- relaxation profonde et détente

Voyage à Bali

Effleurages énergétiques, pressions légères et profondes, compression des points réflexes, frictions, percussions, étirements, manœuvres spécifiques d'enroulement par pression tournante, seront les outils mis à votre disposition pour réaliser un massage puissant et unique.

Programme

- rééquilibrage du centre de gravité
- gestion de son effort
- techniques spécifiques balinaises
- travail en puissance
- harmonisation de la gestuelle
- bienfaits du massage

du lundi 6 octobre
au mercredi 8 octobre
2008

du lundi 5 janvier
au mercredi 7 janvier
2009

du mercredi 1er avril
au vendredi 3 avril
2009

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Ayurvéda, Spa)

Massage Ayurvédique Abhyanga

L'harmonie des origines

Soin 1h — 3 jours — 540 €

Abhyanga, est l'un des massages les plus populaires de la médecine ayurvédique, cette science millénaire qui porte sur l'homme un regard global. Répandu aussi dans le cercle familial, ce grand classique apporte joie et détente, et permet de rester en bonne santé lorsqu'il est reçu avec régularité.

Une vague de détente

Pratiqué avec de l'huile sur le corps entier, Abhyanga fluidifie la circulation énergétique dans les *nadis*, assouplit muscles et tendons, et dérouille les articulations. La détente inonde alors l'être des pieds à la tête.

L'équilibre

- détente et relaxation
- amélioration du sommeil
- libération des tensions
- régulation de la respiration
- élimination des toxines
- meilleure vitalité

La science de la vitalité

Au cours de cette formation vous apprendrez pas à pas les nombreuses techniques manuelles de l'Abhyanga qui, combinées, mènent à la détente complète.

Programme

- bienfaits du massage
- contre-indications
- anatomie élémentaire
- techniques manuelles
- postures de travail
- huiles de massage

du lundi 3 novembre
au mercredi 5 novembre
2008

du mardi 3 février
au jeudi 5 février
2009

du lundi 18 mai
au mercredi 20 mai
2009

9h-16h30
12 personnes



Relaxation Coréenne

Cool vibrations

Soin 1h — 5 jours — 900 €

Technique ancestrale unique dans l'art du toucher, la relaxation coréenne est couramment pratiquée en Corée dans le cadre familial ou entre amis pour partager un moment d'échange privilégié.

immense détente

du lundi 25 mai
au vendredi 29 mai
2009

9h-16h30
12 personnes

Entre ciel et terre

De douces vibrations se propagent à répétition dans le corps entier, atteignant tous les tissus, les muscles, les articulations, les os… Jusqu'à la moelle, chaque cellule retrouve la paix. L'agréable expérience de l'apesanteur se révèle alors à l'être libéré de ses soucis.

Au pays du matin calme

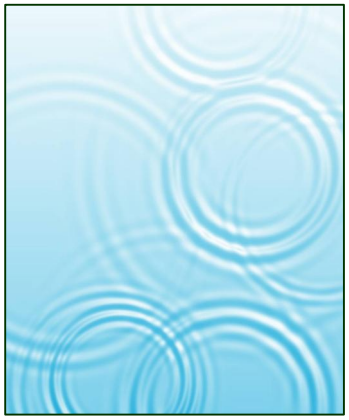
- lâcher-prise
- relâchement musculaire
- libération des tensions
- respiration régulée
- sommeil facile et réparateur
- régulation cardiaque

Détente hors du temps

L'enseignement met l'accent sur la respiration, la fluidité des mouvements et le positionnement optimal qui sont les clefs d'une détente profonde pour le sujet, et d'une économie d'énergie pour le masseur.

Programme

- principes de la relaxation coréenne
- bienfaits à court et moyen termes
- contre-indications
- réactions possibles
- accueil et qualité d'écoute
- anatomie élémentaire
- techniques manuelles détaillées
- postures de travail
- équilibre et déplacements
- rythme et respiration



** nouveau*

Massage Kalari Sukha

Massage martial

Soin 1h — 5 jours — 900 €

Le Sukha, massage venu d'Inde, fait partie des techniques de santé pratiquées depuis toujours par les adeptes du Kalaripayat, cet art martial ancestral. C'est pour rendre leur corps plus vigoureux et améliorer leur souplesse qu'ils s'y adonnent encore aujourd'hui régulièrement.

rare et précieux

du lundi 15 juin
au vendredi 19 juin
2009

9h-16h30
12 personnes

Massage sportif

Le Sukha est un massage à l'huile de tout le corps. Tonique et vigoureux, il agit en profondeur pour relâcher toutes les tensions musculaires et dénouer les articulations. Il s'exécute successivement dans différentes positions : allongé, assis, debout, en sphinx.

Vigueur et souplesse

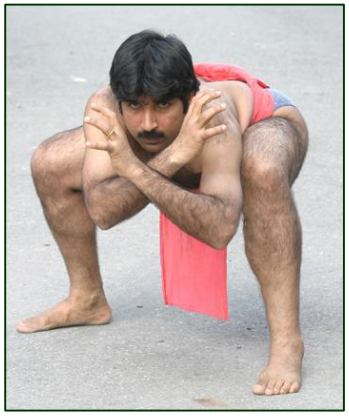
- renforcement du système immunitaire
- détoxication
- diminution des tensions
- amélioration de la souplesse

Un soin précieux

Au cours de cette formation vous apprendrez à exécuter avec maîtrise la grande variétés de techniques manuelles qui caractérisent le Sukha, tout en respectant les positions traditionnelles du Kalaripayat. Le protocole auquel vous serez initié(e) a été mis au point par Maître Binoy Palayil, professeur de Kalaripayat.

Programme

- bienfaits du massage
- contre-indications
- anatomie élémentaire
- techniques manuelles
- positions de kalaripayat
- huiles de massage



(Cursus : Chine)

** nouveau*

Tuina du dos

Le dos léger

Soin 1h-1h30 — 3 jours — 540 €

Le tuina, une des disciplines de la médecine chinoise, est constitué d'un nombre très varié de techniques manuelles destinées à débloquer l'énergie, stimuler, détendre, tonifier. Le geste est généralement vigoureux et profond.

du lundi 27 octobre
au mercredi 29 octobre
2008

matériel : 100 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes

Remise en circulation

Application du principe chinois des méridiens, le tuina du dos vise à obtenir un équilibre énergétique et à stimuler la résistance aux maladies. Il agit sur la circulation de l'énergie et du sang en désobstruant le méridien le plus souvent impliqué dans les douleurs dorsales.

Le dos libéré

- soulagement des douleurs dorsales
- allègement des jambes
- réduction du stress
- stimulation de l'énergie vitale

La ventouse magique

Un programme complet vous est proposé : la digitopression sur les points d'acupuncture, les techniques manuelles spécifiques, dont le fameux Gun Fa, et pour finir l'art de la ventouse en version fixe et en version mobile.



Programme

- anatomie du dos
- points shu du dos
- points d'acupuncture des jambes
- techniques manuelles
- ventouses fixes
- ventouses mobiles

(Cursus : Chine)

Qi Nei Zang

Le nombril de la santé

Soin 1h-1h30 3 jours

540 €

Transmis par les sages taoïstes de la Chine antique, Qi Nei Zang, par une action directe, désobstrue nos organes pour rétablir une circulation énergétique harmonieuse.

du lundi 13 octobre
au mercredi 15 octobre
2008

du lundi 2 mars
au mercredi 4 mars
2009

9h-16h30
12 personnes

Le deuxième cerveau

Reconnu comme notre deuxième cerveau, le ventre cristallise nos émotions négatives et subit de plein fouet notre mauvaise hygiène de vie. Résultat : des organes bloqués qui entravent la libre circulation de l'énergie et favorisent l'apparition des maladies.

Quand le ventre va, tout va

- amélioration du sommeil
- régulation de la digestion
- élimination des toxines
- stimulation de la circulation
- drainage lymphatique
- soulagement des douleurs

Le ventre émotionnel

Grâce à un travail précis sur chaque organe, nous apprendrons à rétablir l'harmonie dans le corps tout en régulant les émotions. A l'issue de la formation, vous serez en mesure de donner un soin efficace basé sur l'énergétique taoïste, de façon ponctuel ou dans le cadre d'une cure.



Programme

- anatomie élémentaire
- énergétique taoïste
- techniques de base
- détoxication
- déblocage du diaphragme
- détoxication des organes
- harmonisation de la circulation
- équilibre des émotions

** nouveau*

Massage Thaï du Visage

Au pays du sourire

Soin 45mn — 1 jour — 180 €

Experts dans l'art du massage, les thaïs ont créé ce soin raffiné pour détoxiquer la peau du visage et améliorer son état général. Le massage du visage fait partie intégrante des pratiques de beauté des Thaïlandaises.

lundi 8 janvier **2009**

matériel : 100 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes

Des herbes caressantes

De petites aumonières remplies d'herbes bienfaisantes et chauffées à la vapeur sont appliquées avec précaution sur le visage huilé. Les pores s'ouvrent pour laisser passer les principes actifs des plantes qui vont éliminer les toxines de la peau. Une immense sensation de bien-être inonde le corps et l'esprit.

La peau souple et détendue

- assouplissement de la peau
- dispersion des zones de tensions
- amélioration du sommeil
- diminution des maux de tête
- stimulation de la circulation
- détente et relaxation



La danse des pochons

Durant ce stage, vous découvrirez le maniement délicat des petits pochons aux plantes sur les différents points réflexes du visage, dans le cadre d'une gestuelle précise et harmonieuse.

Programme

- points de stimulation
- gestion du matériel
- gestion du temps
- techniques spécifiques

Massage Thaï à l'Huile

Douceur du Siam

Soin 1h — 3 jours — 540 €

Le massage thaï à l'huile est un parfait compromis pour les masseurs qui souhaitent proposer un massage original sans avoir la souplesse et la condition physique que nécessite le massage thaï traditionnel au sol.

du lundi 8 décembre
au mercredi 10 décembre
2008

du mercredi 18 mars
au vendredi 20 mars
2009

9h-16h30
12 personnes

Douceur et tradition

Le massage thaï à l'huile se pratique sur une large table robuste qui supportera le poids du receveur et celui du masseur. C'est un massage dynamique qui intègre digitopression, lissages profonds et étirements doux sur des lignes d'énergie.

Double détente

- détente musculaire
- rééquilibrage énergétique
- amélioration de la circulation sanguine
- gain de vitalité
- activation des échanges
- apaisement du mental

Harmonie des gestes

Dans ce protocole de massage, les positions de travail du masseur et du receveur vous ouvrent de nouveaux horizons sur l'étendue des différentes techniques utilisées dans l'un des berceaux des massages ancestraux.



Programme

- philosophie thaïe
- lignes d'énergie
- positions de travail détoxication
- postures du praticien
- harmonie de la chorégraphie
- mobilisation du corps

(Cursus : Japon)

Shiatsu du Visage

Au cœur de l'être

Soin 1h — 2 jours — 360 €

L'art subtil de la relaxation asiatique est riche d'une expérience de plus de 2.500 ans. Ce Shiatsu, entièrement personnalisé, agit sur les points d'acupuncture principaux. Né de la précision et de la persévérance des praticiens japonais, il entre dans la lignée des soins relaxants les plus puissants d'Asie.

du jeudi 9 octobre
au vendredi 10 octobre
2008

9h-16h30
12 personnes

Qui a du Ki ?

Ce soin visage unique prend en charge la personne de façon holistique. Il vous permet de déterminer avec précision les zones en manque (*kyo*) ou en excès (*jitsu*) d'énergie, points de départ des différents dysfonctionnements esthétiques d'un visage. Les entrées et les sorties du *Ki* (énergie) sont réactivées dans tout le corps afin qu'il retrouve son équilibre.

No stress

- détente physique et psychique
- déblocage des zones de stress
- amélioration du sommeil
- relaxation immédiate et durable
- activation du métabolisme
- visage lumineux et détendu

Redynamiser

Vous apprendrez à connaître rapidement le fonctionnement intérieur de chaque personne, grâce à l'établissement d'un bilan énergétique efficace. Vous agirez sur les points de stress les plus importants afin de redynamiser le corps dont l'équilibre s'exprimera sous les traits d'un visage harmonieux.

Programme

- les signes extérieurs d'un déséquilibre
- la théorie des 5 éléments
- le déblocage du ventre
- rééquilibrage alimentaire énergétiques
- les conséquences sur le corps
- le shiatsu du visage
- le shiatsu des mains et des pieds
- conseils en aromathérapie



(Cursus : Japon, Spa)

Shiatsu

La porte des énergies

Soin 1h — 5 jours — 900 €

Au Japon, il y a 300 ans, l'apprentissage des techniques ancestrales de la médecine traditionnelle chinoise était obligatoire pour les médecins. Grâce à la connaissance des méridiens et des t*subos* (points d'acupuncture), chaque soin était personnalisé. L'association de cette médecine et des pressions digitales donna naissance au Shiatsu, « pression des doigts ».

Pression détente

Cet art de la relaxation asiatique permet de sentir tous les points de stress les plus profonds, de les débloquer afin de restaurer la libre circulation des énergies dans tout le corps. Ses effets sont immédiats et ses bienfaits se font ressentir encore plusieurs jours après.

Bien avec soi

- apaisement général
- amélioration de la circulation énergétique
- regain de tonus
- détente musculaire profonde
- facilitation de l'irrigation sanguine
- apporte le détachement

Un soin personnalisé

Analyser en quelques secondes les points faibles à améliorer, comprendre le mécanisme intérieur de chaque être, déterminer les causes profondes des différents blocages afin de cibler parfaitement le soin le plus approprié pour un résultat optimal, seront les points principaux de cet enseignement.

Programme

- qu'est ce que l'énergie ?
- la théorie des 5 éléments
- le shiatsu complet personnalisé
- le centrage du corps
- les méridiens d'acupuncture
- le diagnostic énergétique
- la décontraction des zones essentielles
- posture et respiration

du lundi 17 novembre
au vendredi 21 novembre
2008

du lundi 9 mars
au vendredi 13 mars
2009

9h-16h30
12 personnes



** nouveau*

Visage aux Pierres Chaudes

Un teint de jade

Soin 1h — 2 jours — 360 €

Le massage du visage aux pierres chaudes fait partie des soins autrefois pratiqués dans les sources naturelles d'eau chaude si fréquentes au Japon. Pour les Japonais, la beauté du visage est l'expression d'une parfaite santé. Il est donc primordial d'en prendre soin.

Le teint lisse

En détoxifiant la peau, les pierres chaudes redonnent au visage une beauté éclatante. Le massage libère les tensions musculaire et assouplit la peau, mais il a aussi de bénéfiques répercussions sur le bien-être général.

La santé qui se voit

- régénération cellulaire
- amélioration de la circulation énergétique
- amélioration de l'éclat du visage
- assouplissement de la peau
- facilitation de l'irrigation sanguine
- détente et relaxation

Pierres qui roulent

Le massage japonais du visage aux pierres chaudes comprend une grande variétés de techniques qui alternent pressions, roulements, glissements à une ou deux pierres. Toute la difficulté du soin réside dans le maintien d'une constante fluidité, y compris durant les changements de pierres.

Programme

- la conception de la beauté
- maniement des pierres
- les différents angles
- variétés des pressions
- techniques spécifiques
- fluidité du soin

du lundi 16 mars
au mardi 17 mars
2009

matériel : 200 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Japon, Spa)

** nouveau*

Massage aux Pierres Chaudes

Le bien-être volcanique

Soin 1h — 3 jours — 540 €

Le massage aux pierres chaudes vient de l'habitude qu'avaient les Japonais de se masser avec des pierres volcaniques durant leurs bains dans les nombreuses sources naturelles d'eau chaude de l'archipel.

du lundi 26 janvier
au mercredi 28 janvier
2009

matériel : 460 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes

Chaleur minérale

Le massage japonais aux pierres chaudes est idéal pour éliminer les tensions du corps. Par la chaleur naturelle, il permet une décontraction en profondeur des tissus musculaires.

Le réveil du Fujiyama

- stimulation du système immunitaire
- amélioration de la circulation énergétique
- regain de vitalité
- détente musculaire profonde
- facilitation de l'irrigation sanguine
- apaisement général

Un soin chaleureux

Dans le massage japonais aux pierres chaudes, les pierres ne sont pas simplement posées, mais manipulés avec dextérité et en profondeur pour apporter décontraction et relaxation. Le praticien, jonglant avec les pierres par groupe de deux ou quatre, varient pression, vitesse et angles d'attaque, dans une chorégraphie fluide.

Programme

- gestion du matériel
- maniement des pierres
- les différents angles
- variétés des pressions
- techniques spécifiques
- fluidité du soin



(Cursus : Ayurvéda, Spa)

** nouveau*

Siro Abhyanga

La chaleur des plantes

Soin 1h — 3 jours — 540 €

Soin issu de l'Ayurvéda, le Siro Abhyanga est source d'un immense bien-être. En Inde, il se fait le plus souvent sous forme de cure dans le but d'alléger les tensions et d'embellir la peau.

du mercredi 12 novembre
au vendredi 14 novembre
2009

matériel : 100 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes

Roots des Indes

Pour réaliser ce soin, on chauffe des tampons remplis de plantes aromatiques et imbibés d'huile, que l'on presse ensuite sur la peau. L'huile mêlée au jus des herbes imprègne le corps avec douceur, lui apportant un maximum de bienfaits.

Recette vapeur

- apaisement général
- diminution de la fatigue
- détente musculaire
- assouplissement de la peau

Chaud dedans

Vous apprendrez les différentes techniques propres à ce massage : effleurements, pressions, étirements, en variant les manœuvres en fonction des zones du corps. Vous serez aussi en mesure de réaliser les pochons aromatiques en suivant des recettes particulières.



Programme

- principes ayurvédiques
- confection des tampons
- gestion du matériel
- manipulation des tampons
- techniques spécifiques
- fluidité du protocole

Ito-Thermie

Massage d'encens

Soin 30mn — 5 jours — 900 €

C'est dans les années 1930 que le médecin japonais Kin Itso Ito eu l'idée de créer un soin associant moxibustion et shiatsu, un massage par moxibustion en quelque sorte. Pour cela il s'inspira des moines zen qui soignaient en utilisant la combustion de feuilles de loquât.

Des plantes vivaces

Au cours d'une séance d'Ito-Thermie, des encens enfermés dans deux tubes métalliques, les *reionkis*, sont manipulés avec dextérité sur tout le corps suivant les méridiens et sur des points d'acupuncture. Ces encens composés de loquât et de sept autres plantes médicinales favorisent la circulation énergétique et dynamise le corps.

Un bain d'encens

- diminution de la fatigue
- stimulation de la circulation énergétique
- renforcement du système immunitaire
- détoxication de la peau
- stimulation de la peau
- détente et relaxation

La calligraphie du bien-être

L'enseignement porte principalement sur la délicate manipulation des *reionkis* et la subtilité du protocole. Vous serez rapidement en mesure d'apporter du bien-être autour de vous. Mais ce n'est qu'après un long et rigoureux entraînement que vous pourrez, d'un geste plein et continu, réaliser un soin comme une calligraphie japonaise.

Programme

- les méridiens
- les points d'acupuncture
- principe de moxibustion
- tenue des *reionkis*
- travail de dextérité
- techniques spécifiques

du lundi 23 février
au vendredi 27 février
2009

matériel : 250 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Ayurvéda)

Shirotchampi

Le massage qui décoiffe

Soin 45mn — 2 jours — 360 €

Dès l'origine partie intégrante des soins de beauté féminins, Shirotchampi était transmis, en Inde, de mère en fille. Plus tard, à la surprise des colons anglais, les coiffeurs indiens l'associaient à une coupe. Aujourd'hui, nous leur devons le mot *shampooing* dont la pratique s'est répandue dans nos salons de coiffure.

Shampooing compris

Originalité de Shirotchampi : il se pratique en position assise. Techniques glissées, frictions, pétrissages et percussions, savamment enchaînés, font disparaître chaque sournoise tension, procurant instantanément une sensation de bien-être immense.

Cheveux au vent

- entretien de la chevelure
- amélioration du sommeil
- amélioration de la mémoire
- renforcement de la vue
- libération des tensions
- réduction des céphalées

Prise de tête

Deux jours pour apprendre toutes les subtilités d'un toucher qui allie douceur, précision et fermeté. A l'issue de la session, vous serez capable de donner un massage de la tête qui vous vaudra bien des sourires rayonnants.

Programme

- bienfaits du massage
- attitude du masseur
- anatomie de la tête
- techniques manuelles
- huiles de massage
- recettes de beauté

du lundi 20 octobre
au mardi 21 octobre
2008

du lundi 4 mai
au mardi 5 mai
2009

9h-16h30
12 personnes






(Cursus : Ayurvéda,)

Massage Indien du Visage

L'esprit calme

Soin 30mn — 1 jour — 180 €

En Inde, le massage du visage fait partie depuis toujours des soins traditionnels. Associé à des huiles végétales et des plantes, il est l'un des secrets de beauté de plusieurs générations d'Indiennes éprises de bien-être.

Un visage radieux

Le massage indien du visage, pratiqué régulièrement, permet de garder un visage frais et resplendissant : il tonifie les tissus musculaires et cutanés en améliorant la circulation. Dénouant les crispations, il peut aussi, d'après l'ayurvéda, calmer les maux de tête et améliorer la vue.

Une détente totale

- diminution du stress
- détente musculaire
- éclat du visage
- diminution de la fatigue
- réduction des rides d'expression
- tonification cutanée

Le mental apaisé

« Extraordinaire ! » C'est le sentiment unanime des stagiaires dès leur première semaine de pratique. « Tant d'effets pour si peu d'efforts ! » Au cours de cette journée de formation, vous n'apprendrez qu'une vingtaine de gestes. Vingt gestes simples, mais qui exécutés avec précision et concentration ouvriront le repos à l'esprit comme au corps.

Programme

- bienfaits du massage
- contre-indications
- anatomie du visage
- techniques manuelles
- huiles de massage
- recettes de beauté

vendredi 19 décembre **2008**

vendredi 20 février **2009**

9h-16h30

12 personnes



** nouveau*

Vibrations Japonaises®

Bien-être sur les ondes

Soin 45mn — 9 jours — 1.620 €

Les Vibrations Japonaises prennent leur origine dans certains monastères Zen japonais où elles sont utilisées depuis des temps immémoriaux pour réguler les tensions. Sans parole, cet échange de *Ki* permet de rééquilibrer les énergies, de garder calme, harmonie et sérénité.

du lundi 9 février
au vendredi 13 février
ET
du mardi 14 avril
au vendredi 17 avril
2009

La détente par vagues

De la périphérie vers le centre du corps et des pieds vers la tête, les vibrations sont appliquées par le praticien dans un enchaînement logique et rigoureux alternant gestes et pauses.

9h-16h30
12 personnes

Un profond relâchement

- lâcher-prise
- relâchement musculaire
- libération des tensions
- relâchement ostéo-articulaire
- régulation de la respiration
- prise de conscience du corps

La chorégraphie du bien-être

Le protocole, précis et exigeant, comporte exactement 25 gestes spécifiques. Ce sont ces gestes que vous travaillerez sans relâche durant le stage, en respectant les temps de pause prévus dans le protocole pour permettre l'assimilation des vibrations par le corps.



Programme

- respiration
- importance des pauses
- techniques spécifiques
- position de travail
- conscience du rythme
- fluidité des déplacements

(Cursus : Japon, Spa)

Kobido

Beauté naturelle

Soin 1h — 2 jours — 360 €

Anti-rides ancestral venu du Japon, le Kobido stimule l'ensemble de la circulation énergétique du visage et du cou. Il est encore aujourd'hui l'une des plus efficaces techniques de beauté : des muscles souples et toniques, une peau purifiée au teint éclatant. Sa pratique régulière permet de prolonger ou de retrouver la jeunesse du visage.

Un entretien complet

S'appuyant sur la médicine traditionnelle japonaise, le Kobido utilise les principes des méridiens et des *tsubos* (points d'acupuncture) pour améliorer la circulation énergétique dans le visage et libérer les tensions musculaires qui favorisent l'apparition des rides.

Chéri, j'ai rajeuni

- diminution des rides
- tonification musculaire
- assouplissement de la peau
- clarification de l'esprit
- détente et relaxation
- amélioration de la circulation

Un visage détendu

En une heure et une quarantaine de techniques, le Kobido alterne pressions digitales, percussions et mouvements glissés sur la nuque, le cou, le visage et les épaules. La peau du visage est tour à tour assouplie et tonifiée.

Programme

- anatomie élémentaire
- les méridiens
- points d'acupuncture
- techniques à l'huile
- digitopression
- drainage

du jeudi 6 novembre
au vendredi 7 novembre
2008

du mercredi 6 mai
au jeudi 7 mai
2009

9h-16h30
12 personnes



** nouveau*

Dien Cham

A visage découvert

Soin 45mn — 2 jours — 360 €

Le Dien Cham est une technique de réflexologie faciale originaire du Vietnam. Elle apporte un bien-être confortable dans tout le corps. On peut aussi se l'administrer à soi-même très simplement et à tout moment.

du jeudi 11 décembre
au vendredi 12 décembre
2008

matériel : 25 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



Un entretien complet

Comme sur la plante des pieds, comme dans la paume de la main, comme sur le pavillon de l'oreille, tout notre corps est représenté sur le visage. En stimulant sur la face des points bien précis, on accède par voie réflexe aux parties du corps correspondantes, en y favorisant la circulation de l'énergie.

Le réflexe beauté

- amélioration de la circulation sanguine
- amélioration de la circulation énergétique
- effacement des traces de fatigue
- stimulation immunitaire
- diminution des douleurs
- diminution des rides

Face à face

Vous découvrirez comment réaliser un massage faciale complet en utilisant différentes techniques de stimulation en fonction des effets recherchés, grâce à l'utilisation des doigts ou d'un stylet.

Programme

- zones réflexes
- digitopression
- stimulation au stylet
- techniques de stimulation

(Cursus : Chine, Spa)

Réflexologie Plantaire

Une pointure d'avance

Soin 1h — 2 jours — 360 €

La réflexologie plantaire est une technique manuelle utilisée en Chine pour la prévention ou le soin d'un grand nombre de maladies courantes. Elle peut aussi être une aide précieuse pour le diagnostic dans l'application d'autres thérapies, car elle permet de localiser le mal avec précision. Le bien-être et la détente qu'elle procure en font une pratique d'une étonnante efficacité.

Le réflexe santé

Le pied est le reflet de l'organisme tout entier. A chaque partie du corps, organe ou glande, correspond une zone précise du pied. Cette zone est qualifiée de réflexe car elle permet une action à distance sur la partie associée. La stimulation d'une zone réflexe par pression entraîne une libération de l'énergie stagnante cause du dysfonctionnement.

Les pieds en éventail

- soulagement des douleurs
- renforcement du système immunitaire
- détoxication
- détente et relaxation
- régulation des organes vitaux
- action déstressante

Un outil de diagnostic

Au cours de cette formation, vous apprendrez à dépister les dysfonctionnements physiologiques et à prodiguer un massage des pieds efficace par stimulation des zones réflexes.

Programme

- anatomie du pied
- contre-indications
- cartographie réflexe
- zones réflexes
- principes de réflexologie
- technique de dépistage
- manœuvres préparatoire
- soin des pieds

du lundi 1er décembre
au mardi 2 décembre
2008

du lundi 23 mars
au mardi 24 mars
2009

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Japon)

Massage Japonais des Pieds

Le pied intégral

Soin 1h — 2 jours — 360 €

Le massage des pieds serait apparu il y a quelques milliers d'années en Chine ou en Inde avant d'entrer au Japon, où les masseurs l'ont enrichi de techniques locales. Méthode très populaire car facile à mettre en œuvre, il est notamment pratique pour prendre soin de personnes alitées.

Le bien-être en marche

Les effets de ce massage dépassent largement la zone du pied. La détente survient en peu de temps au cours d'une séance. Et avec la régularité de la pratique, la circulation énergétique tend vers l'harmonie au fil des sessions.

De belles plantes

- soulagement des douleurs
- décontraction musculaire
- réchauffement des extrémités
- détente et relaxation
- assouplissement des tissus
- stimulation de la circulation

A pied d'œuvre

Au cours de nombreux exercices pratiques, nous apprendrons à combiner pétrissages, glissés, pressions, percussions, étirements, pour faire naître la détente. Bénéfique seul, un massage japonais des pieds peut aussi préparer avantageusement une séance de réflexologie plantaire.

Programme

- anatomie du pied
- techniques de préparation
- manœuvres de base
- massage avec lubrifiant
- massage à sec
- huiles de massage

du lundi 15 décembre
au mardi 16 décembre
2008

du lundi 27 avril
au mardi 28 avril
2009

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Japon, Spa)

Massage Japonais des Mains

Le cœur dans la main

Soin 1h — 2 jours — 360 €

Le massage japonais des mains, partie intégrante de la technique *Anma*, est une des façons les plus simples de rester en bonne santé. Précieux avantage : il peut se pratiquer partout, dans n'importe quelle position, sans matériel particulier, sans produit spécifique.

Deux paumes par jour

Parcourues de milliers de terminaisons nerveuses, les mains offrent un accès direct à une profonde détente. Dix minutes de massage quotidien associées à une bonne hygiène de vie suffisent à se maintenir en harmonie.

La santé au bout des doigts

- soulagement des douleurs
- amélioration de la mobilité
- réchauffement des extrémités
- détente et relaxation
- réconfort psychologique
- déblocage des articulations

La main facile

Excellente introduction à l'art du toucher, le massage japonais des mains est très facile à appréhender y compris pour les débutants. A l'aide d'un enchaînement savamment étudié, nous apprendrons à stimuler les systèmes circulatoires pour offrir un bien-être à court et moyen terme.

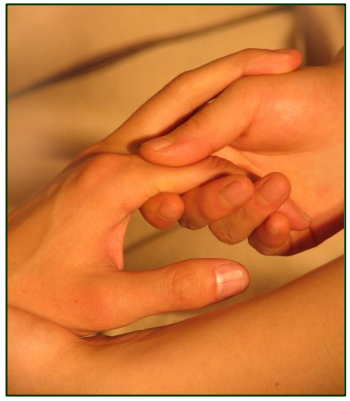
Programme

- anatomie de la main
- positions de travail
- préparation
- manœuvre de base
- éléments de réflexologie
- huiles et crèmes

du mercredi 17 décembre
au jeudi 18 décembre
2008

du mercredi 29 avril
au jeudi 30 avril
2009

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Chine)

Lifting Manuel

Jeunesse éternelle

Soin 1h — 3 jours — 540 €

Le Lifting Manuel s'appuie sur les principes énergétiques de la médecine traditionnelle chinoise datant de l'antiquité. Aujourd'hui le monde occidental découvre ces techniques naturelles comme une alternative avantageuse aux traitements chimiques et à la chirurgie.

Miroir mon beau miroir

Le lifting manuel permet de prévenir et de dissiper les rides par une amélioration de la circulation énergétique dans les méridiens du visage. En fonction du diagnostic, le praticien disperse ou tonifie par digitopression les points d'acupuncture.

Traits détendus

- détente musculaire
- éclat du visage
- réduction des rides
- tonification cutanée

Le retour du printemps

Vous apprendrez les différentes étapes d'une séance de Lifting Manuel réussie : lire un visage au regard des processus de vieillissement, établir un diagnostic d'après les rides, choisir le traitement en tenant compte de la demande, appliquer les différentes techniques et donner les conseils d'hygiène au quotidien.

Programme

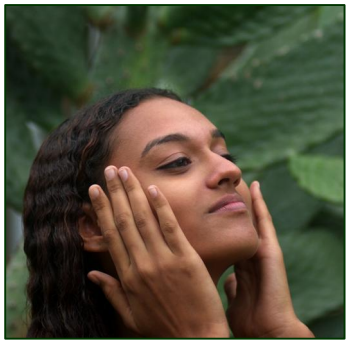
- structure de la peau
- processus de vieillissement
- formation des rides
- méthodes de réparation
- anatomie du visage
- énergétique chinoise
- digitopression
- stimulation musculaire
- ventouse et ridoki
- recettes de beauté

du mercredi 3 décembre
au vendredi 5 décembre
2008

du mercredi 25 mars
au vendredi 27 mars
2009

matériel : 30 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Chine, Spa)

Tuina Minceur

Belle et zen

Soin 1h30 — 3 jours — 540 €

Pour la médecine traditionnelle chinoise, science plusieurs fois millénaire, les causes du surpoids, de la cellulite, s'inscrivent dans un déséquilibre entre le Yin et le Yang : mauvaise alimentation, stress, vie désorganisée, blessures émotionnelles, sont autant de facteurs de ce déséquilibre.

Quelle taille de massage ?

La médecine chinoise propose le massage comme l'une des solutions pour favoriser le ré-équilibrage énergétique qui amènera un remodelage de la silhouette et un raffermissement des tissus. Une méthode à combiner avec un changement de mode de vie.

Opération déstockage

- drainage
- élimination des toxines
- amincissement
- raffermissement
- stimulation de la circulation
- tonification des tissus

Menu minceur

L'enseignement vise à combiner les différentes techniques de tuina en fonction de la zone à traiter : le ventre, les cuisses, les fesses, où se loge habituellement la cellulite. Un soin renforcé par l'emploi de la ventouse mobile et du marteau fleur-de-prunier.

Programme

- énergétique chinoise
- physiologie de la cellulite
- points d'acupuncture distaux
- méridien vessie
- massage abdominal
- massage des jambes
- massage des fessiers
- ventouse
- marteau fleur-de-prunier
- huiles essentielles amincissantes

du mercredi 22 octobre
au vendredi 24 octobre
2008

du mardi 17 février
au jeudi 19 février
2009

matériel : 10 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



(Cursus : Spa)

** nouveau*

Lomi Lomi

L'écume d'amour

Soin 1h30 — 4 jours — 720 €

Le massage hawaïen Lomi Lomi est l'un des massages préférés de Japonais qui viennent en vacances sur l'île polynésienne. Massage sacré, aussi appelé « Loving Hands Massage », il est transmis depuis des générations par les maîtres guérisseurs de Hawaï.

du lundi 24 novembre
au jeudi 27 novembre
2008

Les rouleaux décompresseurs

Le Lomi Lomi se pratique avec les avant-bras sur de grandes longueurs en mouvements amples, roulant comme des vagues sur la plage. Profond et puissant, il débloque l'énergie dans chaque muscle, chaque tendon.

du mardi 2 juin
au vendredi 5 juin
2009

La pêche aux tensions

- élimination des tensions musculaires
- drainage des toxines
- harmonisation corps et esprit
- stimulation lymphatique
- amélioration de la circulation
- tonification des tissus

9h-16h30
12 personnes



L'ancre d'une tradition

Le Lomi Lomi est indissociable de la philosophie et de la tradition qui l'entourent. C'est un enseignement authentique et complet qui vous sera transmis dans le respect des coutumes.

Programme

- historique
- philosophie
- position de travail
- gestion de l'effort
- techniques spécifiques
- fluidité des mouvements

** nouveau*

Massage Tibétain aux Bols

Le chant du bonheur

Soin 1h — 5 jours — 900 €

Apparu dans l'Himalaya, le massage tibétain aux bols chantants est couramment pratiqué par les shamans et les moines pour l'harmonisation des énergies. Les bols utilisés sont de différentes tailles et composés de sept métaux dont l'or, l'argent et le cuivre.

Tout est vibrations

Les vibrations sonores peuvent pénétrer profondément dans la matière. Durant une séance, des bols sont posés autour et sur la personne. Percutés ou frottés, ils produisent des sons qui aident le corps, l'esprit et l'âme à s'accorder pour découvrir l'harmonie naturelle.

Un bol de bien-être

- dissipation des tensions intellectuelles
- profonde détente
- relâchement musculaire
- régulation des émotions
- régulation de la respiration
- lâcher-prise

Dans le ton

Vous apprendrez à choisir un bol et à varier les tonalités en fonction des parties du corps à stimuler, grâce aux différentes techniques de percussions et de frottement. Vous serez aussi initié au maniement des *tingshas*, ces petites cymbales de méditation reliées par une cordelette.

Programme

- les différents aspects du son
- les différents maillets
- techniques de percussion
- faire chanter le bol
- recherche de tonalité
- pratique à un bol
- pratique à plusieurs bols
- manipulation des *tingshas*

du lundi 19 janvier
au vendredi 23 janvier
2009

cours en anglais

matériel : 250 €
(facultatif)

9h-16h30
12 personnes



** nouveau*

Initiation au Jin Shin Jyutsu

Ça déchaîne

Soin 1h — 2 jours — 360 €

C'est au début du XX^e^ siècle que fut redécouvert au Japon le Jin Shin Jyutsu qui connut son âge d'or avant la naissance du Bouddha. L'enseignement commença dans le monde occidental à partir de la deuxième moitié du siècle dernier.

du jeudi 30 octobre
au vendredi 31 octobre
2008

La clé du bien-être

Le Jin Shin Jyutsu traite 26 « verrous de sauvegarde » placés sur les circuits énergétiques qui alimentent le corps en énergie vitale. Un blocage de l'un de ces circuits entraîne une stagnation qui peut perturber la zone concernée, puis déstabiliser les flux énergétiques dans leur totalité.

L'ouverture

- revitalisation
- régulation de la respiration
- fortification de l'axe central
- amélioration de la digestion
- stimulation de la circulation
- amélioration du sommeil

9h-16h30
12 personnes

Les combinaisons secrètes

En combinant des stimulations sur les verrous, nous pouvons rétablir l'harmonie entre le corps, le mental et l'esprit. Le Jin Shin Jyutsu nous aide à rester jeune et sain dans le bonheur.



Programme

- art de vivre
- énergie universelle
- source de vie
- attitudes
- séquences spéciales
- pratique sur soi

* nouveau

Massage de la Femme Enceinte

Notre mère l'Inde

Soin 1h — 3 jours — 540 €

Selon l'Ayurvéda, la grossesse est l'une des six étapes importantes de la vie d'une femme. Le massage indien aide la future maman à se préparer à un accouchement harmonieux en installant dès le début un équilibre physique et psychique favorable à l'enfant à naître.

du lundi 12 janvier
au mercredi 14 janvier
2009

Cultivons notre jardin

Le massage indien de la femme enceinte stimule la circulation énergétique chez la future maman et son fœtus grâce à un travail sur des *marmas*, les points vitaux, et les trois premiers *chakras*. Avec régularité, le massage évolue durant la grossesse, jusqu'à insister sur l'énergie du bassin et la souplesse des hanches pour favoriser la naissance.

Préparation au bonheur

- stimulation de la circulation énergétique
- équilibre psychique
- libération des tensions dorsales
- amélioration de la souplesse
- diminution de la fatigue
- assouplissement du bassin

9h-16h30
12 personnes

Un massage pour la vie

Dans le respect de l'Ayurvéda, vous apprendrez étape par étape toutes les subtilités du massage indien de la femme enceinte à réaliser en fonctions de la période de grossesse et des parties du corps : visage, mains, pieds, bras, jambes, ventre, dos.



Programme

- principes ayurvédiques
- périodes de la grossesse
- évolution de l'enfant à naître
- physiologie de la grossesse
- les inconforts de la grossesse
- techniques spécifiques

Formations Intra-Entreprise

Développement de clientèle

Maxam dispense en France et à l'étranger des formations à la carte pour les instituts de massages, les spas, les centres de thalassothérapie, les instituts de beauté, les salons de coiffure, les services hospitaliers, etc. En fonction de vos objectifs, nous définissons ensemble le cursus à suivre par votre équipe, selon un calendrier souple et respectueux de vos impératifs.

Augmentez votre potentiel

Le but de nos formations est non seulement de permettre aux praticiens de dispenser les soins de manière personnalisée et dans le respect des protocoles, mais aussi d'en comprendre les effets physiologiques et psychologiques pour mieux conseiller la clientèle et augmenter vos ventes.

L'intérêt d'un plan de formation

- attirer de nouveaux clients
- renouveler l'intérêt des habitués
- fidéliser la clientèle
- accroître la polyvalence de l'équipe
- anticiper les nouvelles tendances
- innover avec des soins originaux
- se différencier de la concurrence
- retenir l'attention de la presse

Une démarche pédagogique

Dès le début d'une session, un livret pédagogique est remis à chaque participant. Les cours, essentiellement pratiques, abordent aussi les notions théoriques indispensables aux massages. Après démonstrations pas à pas, les entraînements se font sous le contrôle du formateur qui corrige et conseille. En fin de stage, une évaluation permet de mesurer l'assimilation de l'enseignement par les élèves.

de 1 à 5 jours
950 € ht par jour

de 6 à 10 jours
850 € ht par jour

à partir de 11 jours
750 € ht par jour

déplacement, hébergement
et restauration en supplément

journées de 6 heures
8 personnes maximum



Certification

Pourquoi être certifié(e)

La certification pratique est indispensable aux professionnels et à tous ceux qui souhaitent entrer dans le monde du bien-être. D'une part, elle rassure le client sur la légitimité de son praticien ; d'autre part elle apporte aux employeurs et partenaires potentiels la preuve d'un cursus couronné de succès dans un organisme de formation reconnu.

Principe

L'évaluation concernant chaque module pratique est au prix de 150 €. Les évaluations réussies donnent lieu à la délivrance d'un certificat. En cas d'échec, les présentations suivantes sont facturées 100 € chacune.

Conditions requises

- suivre l'enseignement pratique
- effectuer 50 massages en 12 mois
- recevoir le massage d'un professionnel
- se soumettre à une évaluation

Procédure

Après avoir satisfait aux conditions d'admission, le candidat prend rendez-vous avec MAXAM pour être évalué dans le cadre d'un massage qu'il dispense à un masseur professionnel ou un modèle. L'examinateur appréciera, non seulement les compétences techniques de l'élève, la fluidité de ses déplacements, mais aussi sa relation au client.

Critères d'évaluation

- accueil du client
- qualité d'écoute
- position de travail
- gestion de l'effort
- respect du protocole
- gestes techniques et fluidité
- faculté d'adaptation
- prise en compte du timing

Conditions Générales

1. Inscription
1.1. La demande d'inscription se fait par courrier à l'aide du bulletin d'inscription inclus dans le catalogue et disponible sur internet. Les photocopies sont acceptées.
1.2. L'inscription n'est confirmée qu'à réception du contrat de formation retourné signé en deux exemplaires, accompagné des arrhes correspondantes et d'une photo.
1.3. L'inscription vaut acceptation des conditions générales.

2. Dispositions financières
2.1. Pour toute formation, un acompte de 30% est exigé dès l'inscription au stage. L'inscription ne pourra être confirmée et la réservation maintenue qu'à cette condition.
2.2. A défaut de paiement des arrhes au plus tard deux semaines avant le début de la formation, l'accueil du stagiaire ne pourra être envisagé qu'après concertation et dans la limite des places disponibles.
2.3. Le prix de chaque module de formation s'entend net.
2.4. Le solde est exigé au premier jour de la formation.
2.5. Les formations suivies sous forme de cursus sont payables en dix mensualités sans frais. Le cursus est dû intégralement dès le premier jour de participation. Aucune absence ne sera remboursée.
2.6. Pour les formations intra-entreprise, les frais de déplacement, d'hébergement et de repas de l'équipe enseignante (ainsi que les frais de location de salle, le cas échéant) sont en supplément à la charge de l'entreprise contractante.

3. Prise en charge
3.1. En cas de prise en charge de la formation par une caisse de cotisation avec paiement direct à Maxam, un chèque de caution équivalent au solde de la formation est exigé.
3.2. Ce chèque n'est encaissé qu'au terme d'un délai de 3 mois si le paiement par la caisse de cotisation n'est pas intervenu entretemps ; il sera alors remboursé dès le règlement effectué.

4. Délai de rétractation
4.1. A compter de la date de signature du contrat de formation, le stagiaire ou l'entreprise contractante dispose d'un délai de dix jours pour se rétracter.
4.2. Durant ce délai, s'il renonce à la formation, le stagiaire ou l'entreprise contractante doit en informer l'organisme de formation par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire ou de l'entreprise contractante.

5. Désistement
5.1 Tout désistement du stagiaire ou de l'entreprise contractante devra être notifié par lettre recommandée avec accusé de réception.
5.2. En cas de désistement du stagiaire ou de l'entreprise contractante après le délai de rétractation et jusqu'à la veille de la formation, les arrhes seront conservées intégralement par Maxam.
5.3. En cas de désistement du stagiaire ou de l'entreprise contractante à partir du premier jour de formation, le montant de la formation sera exigé dans sa totalité.

6. Annulation
6.1. En cas d'annulation de la formation du fait de Maxam, le contrat de formation sera reporté à une date ultérieure.
6.2. Les sommes versées ne seront pas remboursées mais reportées pour suivre un autre cycle de formation.

7. Lieu de formation
7.1. Les formations programmées au calendrier ont normalement lieu dans les locaux de MAXAM : 34 bis rue Vignon 75009 Paris.
7.2. Si un autre lieu devrait être choisi, il serait précisé dans le contrat de formation.

Bulletin d'Inscription

Société : _____ Contact : _____ Qualité : _____

Mme Mlle M. Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : ❑ personnelle ❑ professionnelle _____

Code postal : _____ Ville : _____ Pays : _____

Téléphone : _____ E-mail : _____

Profession : _____ Date de naissance : _____

❑ J'ai pris connaissance des conditions générales que j'accepte sans réserves. *
❑ Je m'inscris au(x) module(s) listé(s) ci-dessous, soit un nombre de _____ module(s).*
❑ Je joins un chèque d'arrhes correspondant à 30% du total à l'ordre de MAXAM, 34 bis rue Vignon 75009 PARIS.*

Date : _____ Signature :

Intitulé du stage	Date de début	Montant
	Total	
	Arrhes (30%)	

** Cocher la case*

Faites un essai !

Si vous n'êtes pas sûr d'être fait pour le massage, venez participer à l'un de nos ateliers conçus pour les parfaits débutants.

Avec les ateliers *Massage du Dimanche*, vous serez capable de faire un massage relaxant de 15 à 30 minutes en une demi-journée seulement. Tous les dimanches, d'octobre à juin, une équipe de professionnels vous enseigne les gestes simples qui font du bien. Demandez le calendrier.

Programme

- Bienfaits du massage
- Contre-indications
- Attitude du masseur
- Accueil et qualité d'écoute
- Hygiène
- Postures de travail
- Anatomie élémentaire
- Principes énergétiques
- Environnement propice
- Manœuvres de base
- Techniques manuelles détaillées
- Entraînement deux par deux
- Exécution de l'enchaînement complet
- Huiles de base
- Huiles essentielles
- Préparations d'huiles de massage

Les arts corporels traditionnels aident les masseurs à se maintenir en forme. Maxam propose chaque semaine des cours de pratiques énergétiques. Demandez notre documentation.

Tai Ji Quan

Le Tai Ji Quan est un art martial chinois ancestral au cours duquel on combat des adversaires imaginaires avec une lenteur qui favorise la précision du geste. Il développe le relâchement, le calme et la concentration.

Qi Gong

Pratique traditionnelle de santé, le Qi Gong est ancré dans la médecine chinoise. Par des exercices corporels et respiratoires, il maintient ou rétablit l'équilibre corps-esprit qui mène à la plénitude.

Kalaripayat

Le Kalaripayat est l'ancêtre de tous les arts martiaux asiatiques. Efficace et gracieuse, cette discipline complète vous apportera par une dépense physique intense : tonicité, force et souplesse.

Chaya Yoga

Le Chaya Yoga vise à éliminer les zones d'ombre de notre corps. Grâce à un enchaînement rythmé sur la respiration, ce style dynamique prépare à une pratique plus poussée des postures classiques.

Partenaires

Encens du Monde
Des encens naturels selon différentes recettes asiatiques.

Harnn
Des cosmétiques thaïlandais pour les spas.

Herbes et Traditions
Des cosmétiques naturels d'après des recettes ayurvédiques.

La Nef
L'organisme financier du bien-être et de la santé.

Ludion
Fournisseurs de tables de massage et d'accessoires.

Partylite
Des bougies naturelles aux parfums envoûtants.

Santayarea
Conseil en création de spas : conception et fabrication.

Tatami Confort
Tatamis thaïlandais pour les massages à domicile.

Terra Humana
Musique et sons naturels pour la détente et l'évasion.

Calendrier

Octobre 2008

06-08	Massage Balinais	540€
09-10	Shiatsu Visage	360€
13-15	Qi Nei Zang	540€
20-21	Shirotchampi	360€
22-24	Tuina Minceur	540€
27-29	Tuina du Dos	540€
30-31	Jin Shin Jyutsu	360€

Novembre 2008

03-05	Abhyanga	540€
06-07	Kobido	360€
12-14	Siro Abhyanga	540€
17-21	Shiatsu	900€
24-27	Lomi Lomi	720€
28	Pagatchampi/Kansu *	

Décembre 2008

01-02	Réflexologie	360€
03-05	Lifting Manuel	540€
08-10	Thaï à l'Huile	540€
11-12	Dien Cham	360€
15-16	Massage Pieds	360€
17-18	Massage Mains	360€
19	Indien du Visage	180€

Janvier 2009

05-07	Massage Balinais	540€
08	Thaï Visage	180€
12-14	Femme Enceinte	540€
19-23	Tibétain aux Bols	900€
26-28	Corps Pierres Chaudes	540€

Février 2009

02	Initiation Ayurvéda	180€
03-05	Abhyanga	540€
09-13	Vibrations Jap. (part. 1)	1.620€
16	Initiation Méd. Chinoise	180€
17-19	Tuina Minceur	540€
20	Indien du Visage	180€
23-27	Ito Thermie	900€

Mars 2009

02-04	Qi Nei Zang	540€
09-13	Shiatsu	900€
16-17	Visage Pierres Chaudes	360€
18-20	Thaï à l'Huile	540€
23-24	Réflexologie	360€
25-27	Lifting Manuel	540€
30-31	Santé Chinoise	360€

Avril 2009

01-03	Massage Balinais	540€
14-17	Vibrations Jap. (part. 2)	
20-24	Thaï 1 (part. 1)	1.800€
27-28	Massage Pieds	360€
29-30	Massage Mains	360€

Mai 2009

04-05	Shirotchampi	360€
06-07	Kobido	360€
11-15	Thaï 1 (part. 2)	
18-20	Abhyanga	540€
25-29	Relaxation Coréenne	900€

Juin 2009

02-05	Lomi Lomi	720€
08-12	Massage Thaï 2	900€
15-19	Kalari Sukha	900€
22-26	Energie du Masseur	900€

Bénéficiez de 15% de réduction sur tous nos soins durant la durée de votre stage.

* En exclusivité pour le *Cursus Ayurvéda*

Index Thématique

Anatomie

Corps
- Ito Thermie 31
- Jin Shin Jyutsu 44
- Lomi Lomi 42
- Massage aux Pierres Chaudes ... 29
- Massage Ayurvédique 19
- Massage Balinais 18
- Massage Kalari Sukha 21
- Massage Femme Enceinte 45
- Massage Thaï à l'Huile 25
- Massage Thaï Traditionnel 16
- Massage Tibétains aux Bols 43
- Relaxation Coréenne 20
- Shiatsu 27
- Siro Abhyanga 30
- Tuina Minceur 41
- Vibrations Japonaises 34

Dos
- Tuina du Dos 22

Mains
- Massage Japonais des Mains 39

Pieds
- Massage Japonais des Pieds 38
- Réflexologie Plantaire 37

Tête
- Shirotchampi 32

Visage
- Dien Cham 36
- Kobido 35
- Lifting Manuel 40
- Massage Indien du Visage 33
- Massage Thaï du Visage 24
- Shiatsu du Visage 26
- Visage aux Pierres Chaudes 28

Ventre
- Qi Nei Zang 23

Durée du soin

Moins d'une heure
- Dien Cham 36
- Ito Thermie 31
- Massage Indien du Visage 33
- Massage Thaï du Visage 24
- Shirotchampi 32
- Vibrations Japonaises 34

Une heure
- Abhyanga 19
- Jin Shin Jyutsu 44
- Kobido 35
- Lifting Manuel 40
- Lomi Lomi 42
- Massage aux Pierres Chaudes ... 29
- Massage Japonais des Mains 39
- Massage Japonais des Pieds 38
- Massage Femme Enceinte 45
- Massage Thaï à l'Huile 25
- Massage Tibétains aux Bols 43
- Qi Nei Zang 23
- Réflexologie Plantaire 37
- Relaxation Coréenne 20
- Shiatsu 27
- Shiatsu du Visage 26
- Siro Abhyanga 30
- Sukha 21
- Tuina du Dos 22
- Visage aux Pierres Chaudes 28

Plus d'une heure
- Massage Balinais 18
- Massage Thaï Traditionnel 16
- Tuina du Dos 22
- Qi Nei Zang 23
- Tuina Minceur 41

Durée du stage

1 jour
- Initiation à la MTC 12
- Initiation à l'Ayurvéda 13
- Massage Thaï du Visage 24
- Massage Indien du Visage 33

2 jours
- Dien Cham 36
- Jin Shin Jyutsu 44
- Kobido 35
- Massage Japonais des Mains 39
- Massage Japonais des Pieds 38
- Pratiques de Santé Chinoises 14
- Réflexologie Plantaire 37
- Shiatsu du Visage 26
- Shirotchampi 32
- Visage aux Pierres Chaudes 28

3-4 jours
- Lifting Manuel 40
- Lomi Lomi 42
- Massage aux Pierres Chaudes ... 29
- Massage Ayurvédique 19
- Massage Balinais 18
- Massage Femme Enceinte 45
- Massage Thaï à l'Huile 25
- Qi Nei Zang 23
- Siro Abhyanga 30
- Tuina du Dos 22
- Tuina Minceur 41

5 jours
- Ito Thermie 31
- L'Energie du Masseur 15
- Massage Kalari Sukha 21
- Massage Thaï Trad. niv. 2 17
- Massage Tibétains aux Bols 43
- Relaxation Coréenne 20
- Shiatsu 27

Plus de 5 jours
- Massage Thaï Trad. niv. 1 16
- Vibrations Japonaises 34

Energie
- Initiation à la MTC 12
- Initiation à l'Ayurvéda 13
- Jin Shin Jyutsu 44
- L'Energie du Masseur 15
- Pratiques de Santé Chinoises ... 14

Matériel
- Massage Thaï Trad. niv.2 17
- Massage Thaï du Visage 24
- Visage aux Pierres Chaudes 28
- Massage aux Pierres Chaudes ... 29
- Siro Abhyanga 30
- Ito Thermie 31
- Dien Cham 36
- Lifting Manuel 40
- Tuina Minceur 41
- Massage Tibétain aux Bols 43

Méthode

Massages dénudés
- Ito Thermie 31
- Lomi Lomi 42
- Massage aux Pierres Chaudes ... 29
- Massage Ayurvédique 19
- Massage Balinais 18
- Massage Kalari Sukha 21
- Massage Femme Enceinte 45
- Massage Thaï à l'Huile 25
- Qi Nei Zang 23
- Shirotchampi 32
- Siro Abhyanga 30
- Tuina du Dos 22
- Tuina Minceur 41

Massages habillés
- Dien Cham 36
- Jin Shin Jyutsu 44
- Kobido 35
- Lifting Manuel 40
- Massage Indien du Visage 33
- Massage Japonais des Mains 39
- Massage Japonais des Pieds 38
- Massage Thaï du Visage 24
- Massage Thaï Traditionnel 16
- Massage Tibétain aux Bols 43
- Réflexologie Plantaire 37
- Relaxation Coréenne 20
- Shiatsu 27
- Shiatsu du Visage 26
- Vibrations Japonaises 34
- Visage aux Pierres Chaudes 28

Massages à l'huile
- Ito Thermie 31
- Kobido 35
- Lifting Manuel 40
- Lomi Lomi 42
- Massage aux Pierres Chaudes ... 29
- Massage Ayurvédique 19
- Massage Balinais 18
- Massage Femme Enceinte 45
- Massage Indien du Visage 33
- Massage Japonais des Mains ... 39
- Massage Japonais des Pieds 38
- Massage Kalari Sukha 21
- Massage Thaï à l'Huile 25
- Massage Thaï du Visage 24
- Qi Nei Zang 23
- Réflexologie Plantaire 37

•Shiatsu du Visage 26
•Shirotchampi 32
•Siro Abhyanga 30
•Tuina Minceur 41
•Visage aux Pierres Chaudes 28

Niveau

Facile

•Initiation à la MTC 12
•Initiation à l'Ayurvéda 13
•Jin Shin Jyutsu 44
•Massage Indien du Visage 33
•Pratiques de Santé Chinoises 14
•Shiatsu du Visage 26

Moyen

•Dien Cham 36
•Massage Ayurvédique 19
•Massage Balinais 18
•Massage Femme Enceinte 45
•Massage Japonais des Mains 39
•Massage Japonais des Pieds 38
•Massage Thaï à l'Huile 25
•Massage Thaï du Visage 24
•Massage Tibétain aux Bols 43
•Réflexologie Plantaire 37
•Shiatsu 27
•Shirotchampi 32
•Visage aux Pierres Chaudes 28

Difficile

•Ito Thermie 31
•Kobido 35
•L'Energie du Masseur 15
•Lifting Manuel 40
•Lomi Lomi 42
•Massage aux Pierres Chaudes 29
•Massage Kalari Sukha 21
•Massage Thaï Traditionnel 16
•Relaxation Coréenne 20
•Siro Abhyanga 30
•Tuina du Dos 22
•Qi Nei Zang 23
•Tuina Minceur 41
•Vibrations Japonaises 34

Pression

Douce

•Ito Thermie 31
•Jin Shin Jyutsu 44
•Massage aux Pierres Chaudes 29
•Massage Ayurvédique 19
•Massage Femme Enceinte 45
•Massage Indien du Visage 33
•Massage Thaï du Visage 27
•Massage Tibétain aux Bols 43
•Relaxation Coréenne 20
•Shiatsu du Visage 26
•Siro Abhyanga 30
•Vibrations Japonaises 34
•Visage aux Pierres Chaudes 28

Modérée

•Dien Cham 36
•Ito Thermie 31
•Kobido 35
•Lifting Manuel 40
•Lomi Lomi 42
•Massage aux Pierres Chaudes 29
•Massage Ayurvédique 19
•Massage Japonais des Mains 39
•Massage Japonais des Pieds 38
•Massage Thaï à l'Huile 25
•Qi Nei Zang 23
•Shiatsu du Visage 26
•Shirotchampi 32

Appuyée

•Lomi Lomi 42
•Massage Balinais 18
•Massage Kalari Sukha 21
•Massage Thaï Traditionnel 16
•Qi Nei Zang 23
•Réflexologie Plantaire 37
•Shiatsu 27
•Tuina du Dos 22
•Tuina Minceur 41

Très appuyée

•Massage Thaï Traditionnel 16
•Tuina du Dos 22

•Shiatsu 27
•Réflexologie Plantaire 37
•Tuina Minceur 41

Support

Futon

•Massage Thaï Traditionnel 16
•Massage Ayurvédique 19
•Relaxation Coréenne 20
•Massage Kalari Sukha 21
•Tuina du Dos 22
•Qi Nei Zang 23
•Massage Thaï du Visage 24
•Shiatsu du Visage 26
•Shiatsu 27
•Visage aux Pierres Chaudes 28
•Massage aux Pierres Chaudes 29
•Shirotchampi 32
•Massage Indien du Visage 33
•Vibrations Japonaises 34
•Kobido 35
•Dien Cham 36
•Réflexologie Plantaire 37
•Massage Japonais des Mains 39
•Massage Japonais des Pieds 38
•Lifting Manuel 40
•Tuina Minceur 41
•Jin Shin Jyutsu 44
•Massage Femme Enceinte 45

Table

•Ito Thermie 31
•Lomi Lomi 42
•Massage Balinais 18
•Massage Thaï à l'Huile 25
•Massage Tibétain aux Bols 43
•Siro Abhyanga 30

Théorie

•Initiation à la MTC 12
•Initiation à l'Ayurvéda 13
•Pratiques de Santé Chinoises 14



MAXAM

un métier en mains



34 bis, rue Vignon 75009 Paris

01 44 51 14 75

www.maxam.cc

organisme de formation n°11754212975

FFMTR Fédération française du massage traditionnel de relaxation

ffmbe fédération française de massages-bien-être