



# Massage au Sol

<b>Description</b>	Puisque l'on possède pas forcément une table de massage, ce cours propose d' apprendre à masser une personne au sol habillé ainsi qu'avec de l'huile de massage.
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>. Apprentissage théorique de base.</li><li>. Apprentissage des techniques de massage.</li><li>. Apprentissage de bons gestes et postures du masseur afin de ne pas trop solliciter le dos.</li></ul>
<b>Prérequis</b>	Tout public Il ne faut pas avoir des problèmes de mobilité.
<b>Objectifs</b>	Apprendre à masser une personne au sol.
<b>Date</b>	sur demande / D_69418
<b>Durée</b>	Total 8.00 période(s)
<b>Ecolage</b>	CHF 199.00
<b>Lieu du cours</b>	Ecole-club Migros Balexert (en cours de planification)