



Hot Stone massage dos-nuque (à but familial)

Description	Le massage Hot Stone était déjà pratiqué à des fins thérapeutiques il y a plus de deux mille ans. La chaleur des pierres atteint les couches profondes de la peau, la circulation de la lymphe est immédiatement activée, les défenses naturelles de l'organisme stimulées et la musculature se détend.		
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Théorie et pratique du massage Hot Stone• Découvrir les pierres• Les contre-indications <p>En cas d'hypertension ou autres contre-indications, il est proposé d'aborder également le massage aux pierres froides.</p>		
Prérequis	Aucun		
Groupe cible	Tout public		
Objectifs	Apprendre les techniques du massage aux pierres chaudes sur quelques parties du corps (dos, bras, nuque)		
Informations supplémentaires	A apporter : 1 drap housse, un grand linge et deux petits linges		
Date	08.02.2020 - 08.02.2020 / E_1386448		
Horaire	09:00 - 16:00 h		
Jours	Sa		
Durée	1 Jours de cours. Total 6.00 périodes à 50 minutes		
Ecolage	CHF 150.00		
Lieu du cours	Hans Fries 4, 1700 Fribourg		
Dates	Jour	Date	Heures
	1 Sa	08.02.2020	09:00 - 16:00

Ecole-club Migros Fribourg

Tel. +41 58 568 82 75

Rue Hans-Fries 4
1700 Fribourg

ecole-club.fribourg@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

